



**Prenez soin de
votre foie
Pensez à l'hépatite**

**Journée mondiale
contre l'hépatite 2015**



**Organisation
mondiale de la Santé**

Bureau régional de la Méditerranée orientale

Définition de l'hépatite ?



L'hépatite est le terme commun désignant l'ensemble des maladies inflammatoires du foie. L'inflammation du foie est le plus souvent causée par un ou plusieurs types de virus. Les modes de transmission de ces virus et les formes de maladies qu'ils causent varient.

Les hépatites virales peuvent passer inaperçues lorsqu'elles sont asymptomatiques. Chez certains patients, l'évolution de la maladie peut être bénigne ou grave. Les symptômes de l'hépatite, quelle qu'en soit la cause, sont les suivants : un ictère (jaunissement de la peau et du blanc des yeux), de la fatigue, de la nausée, des vomissements, de la fièvre et une perte d'appétit.

Prenez soin
de votre **foie**

L'hépatite dans la Région¹

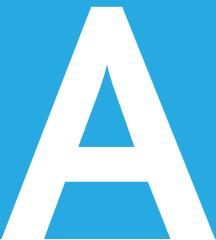


- Lorsqu'ils atteignent l'âge de 15 ans, 50 % des enfants de la Région ont été exposés à l'hépatite A.
- Chaque année, on estime qu'environ 4,3 millions de personnes sont infectées par le virus de l'hépatite B et 800 000 par le virus de l'hépatite C.
- De 2 à 4 % de la population dans tous les groupes d'âge sont atteints d'hépatite B.
- De 1 à 4,6 % de la population régionale sont atteints par l'hépatite C mais dans certains pays, cette proportion peut aller jusqu'à 20 % de la population.

Pensez à
l'hépatite

¹ Région OMS de la Méditerranée orientale : Afghanistan, Arabie saoudite, Bahreïn, Djibouti, Égypte, Émirats arabes unis, République islamique d'Iran, Iraq, Jordanie, Koweït, Liban, Libye, Maroc, Oman, Pakistan, Qatar, République arabe syrienne, Somalie, Soudan, Territoire palestinien occupé, Tunisie et Yémen

Hépatite



Transmise par les aliments et l'eau contaminés

Principaux faits



- Le virus de l'hépatite A se transmet par la consommation d'eau ou d'aliments contaminés par des matières fécales ou par contact direct avec une personne infectée.
- Chez les enfants, les infections à hépatite A sont souvent bénignes ou passent inaperçues. Les personnes atteintes par l'infection et qui en guérissent développent une immunité pendant toute leur vie au virus de l'hépatite A.

L'hépatite E

est un autre virus similaire à celui de l'hépatite A en termes de transmission et de prévention. Cependant il est plus rare et peut provoquer des maladies graves, en particulier chez les femmes enceintes.

Quelles sont les personnes à risque ?



Les personnes n'ayant jamais été infectées ni vaccinées peuvent contracter une hépatite A. Les personnes les plus exposées sont les suivantes :

- personnes vivant ou voyageant dans des zones où le virus de l'hépatite A est répandu ;
- personnes vivant dans des conditions où l'assainissement est insuffisant ;
- personnes qui n'ont pas d'accès à de l'eau potable ;
- consommateurs de drogues injectables ;
- personnes vivant en cohabitation avec une personne infectée ;
- personnes ayant des rapports sexuels avec une personne atteinte d'hépatite A aiguë.

Prévention



- Garantir la qualité de l'eau potable.
- Éliminer les eaux usées dans de bonnes conditions au sein des communautés.
- Avoir une bonne hygiène personnelle, en se lavant les mains régulièrement avec de l'eau saine.

Des vaccins efficaces contre l'hépatite A sont disponibles et sont recommandés pour les personnes qui sont les plus exposées.

Hépatite A





Transmise par
contact avec du sang contaminé, lors
de rapports sexuels ou bien d'une mère
infectée à son enfant

Principaux faits



- Elle ne se transmet pas à l'occasion de contacts ordinaires avec des personnes infectées.
- La plupart des individus ne présentent aucun symptôme pendant la phase d'infection aiguë. Néanmoins, certaines personnes subissent une forme aiguë de la maladie, avec des symptômes qui durent plusieurs semaines (voir la définition de l'hépatite).
- Chez l'enfant, le virus de l'hépatite B risque de rester dans l'organisme durant toute la vie (infection chronique). Cependant, chez l'adulte, 90 % des patients guérissent et le virus est complètement éliminé de l'organisme en six mois.
- Chez certains patients atteints d'hépatite B chronique, l'infection est une cause majeure de problèmes hépatiques de longue durée et de cancer.
- Il existe un traitement contre l'hépatite B qui permet de ralentir l'atteinte hépatique et de réduire le risque de cancer. Ce traitement n'élimine cependant pas le virus de l'organisme.

Quelles sont les personnes à risque ?



Les personnes n'ayant jamais été infectées ni vaccinées peuvent contracter l'hépatite B. Les personnes les plus exposées sont :

- les personnes exposées aux transfusions sanguines non sécurisées, qui ont subi une greffe d'organe ou une hémodialyse ;
- les personnes exposées aux injections à risque en milieu de soins, aux pratiques communautaires en matière d'injections, aux pratiques de tatouage non hygiéniques ; et également les consommateurs de drogues injectables ;
- les nourrissons nés de mères infectées ;
- les partenaires sexuels de personnes infectées ou les personnes qui ont des rapports sexuels non protégés avec plusieurs partenaires dont elles ignorent le statut infectieux ;
- les hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes ;
- les agents de santé.

Prévention



- Vaccination précoce des enfants et des adultes les plus exposés.
- Garantir la sécurité du sang et des produits sanguins destinés à la transfusion ainsi que des organes pour la transplantation.
- Éviter les injections inutiles et non hygiéniques.
- Éviter les rapports sexuels non protégés avec les personnes dont on ignore le statut infectieux : toujours utiliser des préservatifs.

Hépatite B



C

Transmise par

les injections à risque, la stérilisation insuffisante du matériel médical dans certains milieux de soins, et du sang et des produits sanguins non sécurisés

Principaux faits



- Elle ne se transmet pas à l'occasion de contacts ordinaires avec des personnes infectées.
- L'hépatite C peut se transmettre lors de rapports sexuels, en particulier chez les personnes co-infectées par le VIH, et également d'une mère infectée à son bébé. Ces modes de transmission sont cependant moins courants.
- Certains patients infectés éliminent le virus spontanément de leur organisme sans traitement. Chez d'autres patients, l'infection peut entraîner une atteinte hépatique permanente ou un cancer du foie.
- Il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C ; néanmoins, il existe un traitement efficace qui dans certains cas permet de guérir la maladie. Malheureusement, dans plusieurs pays, l'accès au diagnostic et au traitement est très limité.

Quelles sont les personnes à risque ?



Hépatite C

- les personnes exposées aux transfusions sanguines non sécurisées, qui ont subi une greffe d'organe ou une hémodialyse ;
- les personnes exposées aux injections à risque en milieu de soins, aux pratiques communautaires en matière d'injections, aux pratiques de tatouage non hygiéniques ; et également les consommateurs de drogues injectables ;
- les nourrissons nés de mères infectées ;
- les partenaires sexuels de personnes infectées ou les personnes qui ont des rapports sexuels non protégés avec plusieurs partenaires dont elles ignorent le statut infectieux ;
- les agents de santé.

Prévention



- Garantir la sécurité du sang et des produits sanguins destinés à la transfusion ainsi que des organes pour la transplantation.
- Éviter les injections inutiles et non hygiéniques.
- Veiller à manipuler et éliminer de manière appropriée les objets tranchants et déchets médicaux en milieux de soins.
- Ne pas partager le matériel d'injection et de tatouage.
- Éviter les rapports sexuels non protégés avec les personnes dont on ignore le statut infectieux : toujours utiliser des préservatifs.



Vivre avec une hépatite chronique

Les personnes atteintes d'une hépatite B chronique peuvent vivre pendant des années sans présenter de symptômes, et de nombreuses personnes n'en développent jamais.

Chez certains individus, le virus peut lentement provoquer des lésions hépatiques ou même causer un cancer du foie. Pour ces personnes, il existe des traitements permettant de ralentir la progression des lésions et de prévenir le développement d'un cancer hépatique dans le cas de l'hépatite B et permettant de guérir l'hépatite C.

Le diagnostic précoce de l'hépatite est donc important, tout comme l'adoption de modes de vie permettant de prévenir les lésions hépatiques et le traitement si nécessaire. **La meilleure façon de savoir si vous êtes atteint de l'hépatite B ou C est de vous soumettre à un test sanguin.**

Si on vous diagnostique une hépatite :

- Maintenez un contact régulier avec votre médecin afin de surveiller l'état de votre foie. Les personnes atteintes d'hépatites n'ont pas toutes besoin d'un traitement ; cependant une surveillance étroite du foie permet de mettre en route le traitement au bon moment, c'est-à-dire avant le développement de la maladie.
- Évitez une exposition à d'autres types de virus d'hépatite différents du vôtre. La co-infection à plus d'un type d'hépatite accroît le risque d'atteinte hépatique ou de cancer du foie. Envisagez la vaccination, si elle existe, et prenez les mesures adéquates pour éviter d'être infecté(e) par un autre type de virus de l'hépatite.
- Prenez votre traitement exactement comme il vous a été prescrit, de manière régulière et à l'heure dans le cas où un traitement vous a été prescrit. L'observance du traitement constitue la meilleure façon d'en bénéficier au maximum.
- Évitez la consommation d'alcool. La consommation excessive d'alcool peut endommager le foie. En cas d'hépatite, il peut accélérer la cirrhose du foie.
- Évitez de prendre des médicaments sans avoir consulté votre médecin, notamment les médicaments sans ordonnance et à base de plantes. Certains médicaments peuvent en effet avoir des effets néfastes sur le foie.
- Si vous êtes enceinte et infectée par le virus de l'hépatite B, veillez à ce que votre bébé soit vacciné à la naissance et reçoive les doses de rappels appropriées.
- Restez en forme et en bonne santé. Suivez un régime équilibré, faites de l'exercice et évitez de fumer.

Êtes-vous exposé(e) au risque d'hépatite virale ?

- Vous vivez dans une zone où l'eau potable peut être contaminée par les eaux usées ou les matières fécales.
- Vous consommez des aliments préparés ou traités dans des conditions non hygiéniques.
- Un membre de votre famille, de votre foyer, ou un partenaire sexuel a été infecté par le virus de l'hépatite B.
- Votre mère était atteinte d'hépatite B avant ou au moment de votre naissance.
- Vous êtes un agent de santé ou vous travaillez en milieu carcéral.
- Vous avez reçu des injections de médicaments administrées par des personnes non autorisées.
- Vous avez reçu à plusieurs reprises des transfusions sanguines.
- Vous avez subi une greffe d'organe.
- Vous êtes sous dialyse.
- Vous avez partagé des objets tranchants tels que des aiguilles de tatouage, des rasoirs ou autres objets avec des personnes que vous savez ou non être porteuses du virus d'une hépatite
- Vous changez fréquemment de partenaire sexuel ou avez des relations sexuelles non protégées avec des inconnus.
- Vous êtes consommateur de drogues injectables ou l'avez été.
- Vous êtes un homme ayant des rapports sexuels avec des hommes.
- Vous avez subi des tests sanguins pour évaluer les fonctions hépatiques et les résultats étaient élevés.
- Votre peau ou vos yeux jaunissent.
- Vous souffrez de cirrhose du foie ou de fibrose.
- Vous êtes atteint d'un cancer du foie.
- Vous vivez avec le VIH.



Il existe des facteurs de risque ou des signes d'une éventuelle hépatite virale. Si vous pensez être exposé(e) au risque d'hépatite, consultez un médecin et déterminez avec lui si vous devez vous faire dépister pour la maladie.