



HÉPATITE B

INFORMEZ-VOUS



QU'EST-CE QUE L'HÉPATITE B?

L'hépatite B est une maladie du foie provoquée par le virus de l'hépatite B (VHB). Le VHB est beaucoup plus contagieux que le VIH et peut être prévenu par un vaccin. Les personnes qui n'ont pas été vaccinées contre le VHB peuvent être exposées à un risque d'infection.

Environ 95 % des adultes se rétablissent dans les 6 mois suivant l'infection (hépatite B aiguë) et, par conséquent, fabriqueront des anticorps qui les protégeront à vie. Les 5 % restants sont incapables d'éliminer le virus et auront une infection chronique. L'hépatite B chronique peut toutefois être traitée.

On estime que moins de 1 % de la population canadienne est atteinte d'hépatite B aiguë ou chronique. Les personnes qui contractent l'infection avant l'âge de sept ans sont plus susceptibles de développer une infection chronique. En 2011, le taux global d'hépatite B aiguë signalé au Canada était de 0,6 cas par 100 000 habitants vivant au Canada.

L'HÉPATITE B EST-ELLE UN PROBLÈME DE SANTÉ POURQUOI?

Beaucoup de personnes infectées par le VHB ignorent qu'elles ont le virus parce que les symptômes peuvent prendre de deux à six mois avant de se manifester, et seulement environ 50 % des gens présentent des symptômes. Pendant ce temps, l'infection peut être transmise aux autres. Il se peut que vous ne soyez pas au courant de votre infection jusqu'à ce que votre foie soit endommagé. Les complications éventuelles liées à l'infection chronique par le VHB comprennent la cirrhose, l'insuffisance hépatique, le cancer du foie et le décès prématuré.

VOTRE FOIE : POURQUOI IL EST IMPORTANT?

Il est important de garder votre foie en bonne santé, car il joue un rôle clé dans l'ensemble de votre santé. Il aide à digérer les aliments et sert comme réservoir de vitamines et minéraux. Plus important encore, il filtre les substances chimiques et d'autres substances qui pénètrent à l'intérieur du corps. Le foie joue aussi un rôle dans la production du sang et des protéines qui sont nécessaires au fonctionnement de l'organisme.

DE QUELLE FAÇON SE TRANSMET L'HÉPATITE B?

Le VHB se transmet par contact avec le sang et les liquides organiques d'une personne infectée, y compris le sperme et les sécrétions vaginales.

Les facteurs de risque les plus communs de l'infection par le VHB comprennent les suivants :

- utilisation (passée ou actuelle) de drogues injectables et consommation de drogues par voie intranasale (renifler) en partageant des articles contaminés (p. ex. aiguilles, pailles, pipes, cuillères et récipients);
- activités sexuelles à risque élevé (p. ex. relations sexuelles non protégées, partenaires sexuels multiples);
- être né ou vivre dans une région où le VHB est répandu;
- être né d'une mère atteinte du VHB;
- exposition à du sang ou à des produits sanguins dans les régions où l'infection est endémique, sans mesures courantes de prévention des infections;
- utilisation de matériel médical ou dentaire partagé ou contaminé;
- partage d'articles de soins personnels tels que rasoir, ciseaux, coupe-ongles ou brosse à dents avec une personne infectée;
- exposition à des aiguilles ou à des objets tranchants contaminés par du sang ou des liquides organiques en milieu de travail;

- tatouages, perçages ou traitements d'acupuncture au moyen d'équipement non stérilisé ou en l'absence de techniques de stérilisation;
- transfusion de sang ou de produits sanguins ou transplantation d'organe au Canada avant 1970.

L'hépatite B n'est PAS transmise par un simple contact comme prendre quelqu'un dans ses bras, l'embrasser ou lui serrer la main ou lorsque vous êtes près d'une personne qui tousse ou éternue. Elle ne se transmet pas par l'allaitement, à moins que les mamelons ne soient fissurés et saignent. Le virus n'est présent ni dans des aliments ni dans l'eau.

La transmission par la salive non visiblement contaminée par du sang est rare.

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE L'HÉPATITE B?

Vous pouvez contracter l'hépatite B sans présenter de signes ou de symptômes. Parmi les symptômes de l'hépatite B, mentionnons de la fatigue, une perte d'appétit, de la fièvre, des nausées, des vomissements, une urine foncée, des selles blanchâtres, des douleurs abdominales, des douleurs aux articulations et la jaunisse (jaunissement de la peau et des yeux). Environ la moitié des personnes infectées par le VHB ne présenteront pas de symptôme jusqu'à ce que leur foie soit endommagé – voilà pourquoi il est si important de prendre des mesures de précaution contre le VHB et de passer un test de dépistage si vous pensez être infecté.

COMMENT PUIS-JE ME PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES CONTRE LE VHB?

Il existe un vaccin sécuritaire et efficace pour prévenir l'hépatite B. Au Canada, l'ensemble des provinces et des territoires offrent gratuitement des programmes d'immunisation aux enfants et à certains groupes d'adultes.

Si vous êtes enceinte et êtes infectée par le virus de l'hépatite B, il est important que vous sachiez que votre bébé risque fortement de développer une infection chronique par le VHB. Au Canada, on recommande que les nourrissons nés de mères infectées reçoivent une injection spéciale immédiatement après leur naissance ainsi qu'une première dose du vaccin dans les 12 heures suivant l'accouchement pour prévenir l'infection.

L'immunisation contre l'hépatite B constitue la meilleure protection contre l'infection. Vous pouvez aussi réduire le risque d'infection en adoptant les mesures de précaution suivantes :

- Évitez de partager les aiguilles/seringues, les cuillères, des drogues en solutions ou l'eau, les filtres, les récipients, les pipes ou les pailles utilisés pour renifler de la drogue et tout autre matériel utilisé pour en prendre. Le nettoyage du matériel à l'eau de Javel n'élimine pas toujours complètement le virus.
- Ayez des rapports sexuels protégés. Utilisez des condoms/des digues dentaires pour réduire le risque de contracter des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), y compris le VHB.
- Évitez les interventions médicales, dentaires ou cosmétiques nécessitant le perçage de la peau (p. ex. les transfusions, l'acupuncture, les perçages corporels et le tatouage), à moins que vous soyez certain que le matériel et les aiguilles sont stériles.
- Portez des gants en latex si vous êtes susceptible d'entrer en contact avec le sang ou les liquides organiques d'une autre personne.
- Ne partagez pas des articles personnels comme un rasoir, un coupe-ongles, des ciseaux ou une brosse à dents.
- Soyez particulièrement prudent lorsque vous voyagez dans des pays où le VHB est répandu.

COMMENT SAVOIR SI J'AI HÉPATITE B?

Si vous pensez être à risque de contracter l'hépatite B, ou être infecté par le virus, consultez votre fournisseur

de soins de santé au sujet du test de dépistage et de la vaccination contre l'hépatite B.

ET SI J'AI HÉPATITE B?

La plupart des adultes infectés par l'hépatite B élimineront le virus d'eux-mêmes dans les 6 mois suivant l'infection. Si vous avez éliminé le virus, vous ne serez plus infecté et ne pourrez plus transmettre le virus à d'autres personnes. Vous aurez aussi fabriqué des anticorps qui vous empêcheront d'être infecté de nouveau. Tant que votre fournisseur de soins de santé ne vous a pas dit que vous avez éliminé le virus, vous restez contagieux et pouvez encore transmettre le virus à d'autres personnes. La gestion et les soins de l'infection aiguë à VHB sont axés sur le soulagement des symptômes, la prévention des complications et la transmission à d'autres personnes.

Si vous êtes atteint d'une infection chronique au VHB, votre fournisseur de soins de santé surveillera votre état de près en effectuant des tests sanguins pour vérifier la santé de votre foie et il pourrait recommander un traitement. Toutes les personnes infectées par le VHB chronique n'ont pas besoin d'être traitées. Une combinaison de médicaments peut être utilisée pour traiter l'hépatite B. Parlez avec votre fournisseur de soins de santé pour savoir si le traitement vous convient.

Pour éviter de causer plus de dommages à votre foie, votre fournisseur de soins de santé peut vous conseiller de vous faire vacciner contre l'hépatite A. Plusieurs provinces et territoires offrent ce vaccin gratuitement. De plus, il serait peut-être bon d'éviter de prendre de l'alcool ou de limiter votre consommation afin de réduire le risque de dommage au foie.

Si vous avez une infection aiguë ou chronique, vous devez prévenir toute personne ayant possiblement été en contact avec votre sang ou vos liquides organiques (p. ex. partenaires sexuels, personnes qui vivent avec vous et fournisseurs de soins de santé). Ces personnes devraient consulter immédiatement un fournisseur de soins de santé pour connaître les moyens de prévenir l'infection.

Si vous êtes atteint d'hépatite B aiguë ou chronique, vous pouvez infecter d'autres personnes. Vous pouvez éviter de propager le virus en prenant les mêmes précautions indiquées pour réduire le risque d'infection telles que les rapports sexuels protégés, les comportements sans risques liés à l'utilisation de drogues et les bonnes pratiques d'hygiène. En outre :

- Ne faites jamais don de sang, de tissu, d'organes ou de sperme.
- Demandez aux membres de la famille qui habitent avec vous, à vos partenaires sexuels et aux personnes avec qui vous consommez des drogues de subir un test de dépistage du VHB et de se faire vacciner s'ils sont à risque.
- Si vous êtes enceinte, veillez à en informer votre fournisseur de soins de santé afin que toutes les précautions nécessaires soient prises envers le bébé pendant l'accouchement ou peu de temps après.
- Couvrez les plaies ouvertes ou les lésions cutanées.

RAPPELEZ VOUS QUE

L'hépatite B est une maladie évitable par la vaccination.

L'hépatite B chronique peut être traitée. Si vous pensez être infecté par l'hépatite B, il est important de savoir si c'est le cas afin de prendre les mesures nécessaires pour vous protéger et protéger les autres.

HÉPATITE B INFORMEZ-VOUS

VOUS POUVEZ L'AVOIR SANS LE SAVOIR

Pour de plus amples renseignements sur les autres infections transmissibles sexuellement et par le sang, visitez notre site web au :
www.canadiensensante.gc.ca/health-sante/sexual-sexuelle/index-fra.php