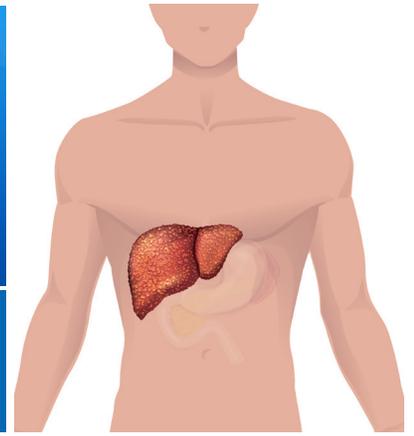


Vivre avec l'hépatite B chronique



Vous avez une hépatite B chronique. Cette fiche explique cette maladie. Elle explique pourquoi il est important d'aller à tous vos rendez-vous, de passer vos examens et de suivre vos traitements. Elle décrit aussi les précautions que vous devez prendre.

Qu'est-ce que l'hépatite B ?

C'est une infection du foie causée par le virus de l'hépatite B (VHB). Elle cause une inflammation du foie.

Dans certains cas, le corps élimine le virus en moins de 6 mois. On parle alors d'une hépatite B aiguë.

Qu'est-ce que l'hépatite B chronique ?

Dans d'autres cas, le virus reste plus de 6 mois. Le corps n'a pas réussi à s'en débarrasser. Le virus peut alors causer une infection du foie à long terme. C'est ce qu'on appelle une hépatite B chronique.

Pourquoi ai-je cette maladie ?

Le virus se transmet d'une personne à l'autre par le sang. Il se transmet aussi par d'autres liquides corporels, comme le sperme ou les sécrétions vaginales.

Il a pu vous être transmis, par exemple :

- par contact avec le sang d'une personne infectée
- lors d'une relation sexuelle non protégée
- par votre mère lors de la grossesse ou de l'accouchement

- par le partage avec une personne infectée d'objets sexuels, d'articles d'hygiène personnelle (par exemple des rasoirs ou des coupe-ongles) ou de matériel de préparation ou d'injection de drogue
- par contact avec de l'encre de tatouage ou des aiguilles contaminées.



Pourquoi mon suivi est important ?

Vous pouvez avoir une hépatite B chronique **sans avoir de symptômes**. Cela arrive souvent. Il faut tout de même faire attention. La maladie pourrait évoluer sans que vous vous en rendiez compte et causer de graves problèmes.

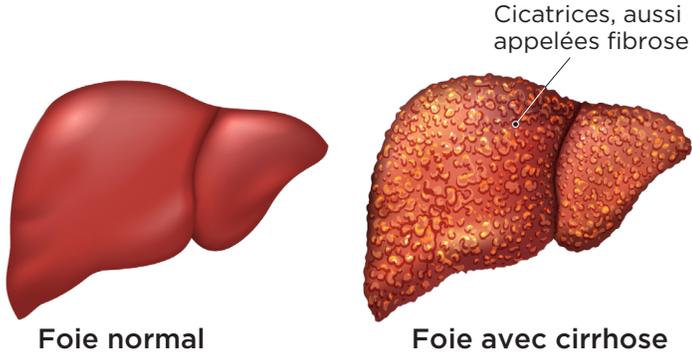
Pour éviter ces problèmes, **il est important de passer vos examens, de suivre vos traitements et de prendre certaines précautions.**



Quels problèmes l'hépatite B chronique peut-elle causer ?

L'inflammation cause parfois des cicatrices au foie (fibrose). Cela augmente le risque de développer :

- une cirrhose
- un cancer du foie



Ce risque augmente avec le temps ou si vous :

- consommez de l'alcool
- fumez
- avez une accumulation de gras dans le foie, aussi appelée stéatose hépatique
- avez des membres de votre famille qui ont déjà eu une cirrhose ou un cancer du foie
- êtes originaire d'Asie, d'Afrique, d'Europe de l'Est ou d'Europe du Sud

Quels examens dois-je passer ?

Pour prévenir le développement d'une cirrhose ou d'un cancer, vous devez passer des examens de **façon régulière**.

Prises de sang. Elles permettent de voir la quantité de virus dans votre corps (charge virale) ou si vous avez une inflammation.

FibroScan ou biopsie. Pour connaître la quantité de cicatrices dans votre foie, on peut :

- vous faire passer un examen réalisé avec des ondes sonores (FibroScan)
- prélever un petit morceau de votre foie pour l'analyser (biopsie)



Échographie du ventre (abdominale). Elle est réalisée avec des ondes sonores. Elle permet de voir s'il y a quelque chose qui n'est pas normal sur le foie. En général, il faut en passer une tous les 6 mois.

Comment la maladie est-elle traitée ?

Aucun traitement ne permet de guérir de la maladie. Des médicaments peuvent tout de même faire baisser la quantité de virus. Ils permettent d'éviter des problèmes graves. Votre médecin vous dira si vous avez besoin de prendre un médicament. Cela dépend de votre situation et des résultats de vos prises de sang.

Y a-t-il des précautions à prendre ?

Évitez les relations sexuelles non protégées, car vous pouvez transmettre le virus.

Dites que vous avez l'hépatite B à tout professionnel de la santé que vous rencontrez (médecin, dentiste, infirmière). Dites-le aussi à tout professionnel qui doit percer votre peau (acupuncteur, tatoueur, esthéticienne).

Les personnes suivantes doivent être testées si elles n'ont pas été vaccinées contre l'hépatite B :

- les personnes avec qui vous avez eu une relation sexuelle
- les personnes qui habitent avec vous
- les personnes avec qui vous auriez partagé de la drogue

Le dépistage se fait par une prise de sang. Pour cela, il faut consulter un professionnel de la santé ou appeler le **8-1-1**.

Que dois-je faire si je suis enceinte ?

Vous pouvez être enceinte même si vous avez l'hépatite B. Dès que vous apprenez que vous êtes enceinte, avisez votre équipe de soins. Elle fera un suivi avec vous. Au besoin, on pourrait vous donner un traitement durant et après la grossesse. Après l'accouchement, on donne toujours des vaccins au bébé pour le protéger.



Comment puis-je prendre soin de moi maintenant ?

- Prenez vos médicaments comme prescrits.
- Allez à tous vos examens de suivi, même si vous n'avez pas de symptômes.
- Diminuez ou cessez votre consommation d'alcool et de tabac.
- Mangez des aliments variés qui contiennent le moins de sucre et de gras possible.
- Faites de l'activité physique ou au moins 20 minutes de marche par jour.

Y a-t-il des signes à surveiller ?

Il est rare d'avoir des symptômes liés à l'hépatite B. Les suivis permettent de se rendre compte d'un changement dans le foie. On peut ainsi agir avant que vous ayez des symptômes. Malgré tout, il arrive que la maladie évolue de façon très grave. Voici certains symptômes qu'elle peut causer :

- Peau et yeux qui deviennent jaunes
- Ventre qui gonfle
- Vomissements de sang rouge
- Vomissements qui ressemblent à du café moulu
- Selles noires foncées
- Selles avec du sang rouge

Si vous avez l'un de ses signes, appelez la Clinique d'hépatologie du CHUM, au **514 890-8255**. Elle est ouverte du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h 30. En dehors de ces heures d'ouverture, vous pouvez appeler une infirmière de la **ligne Santé Patient CHUM**, au **514 890-8086**, si vous êtes suivi au CHUM.

Qui puis-je appeler en cas de besoin ?

Si vous devez annuler ou déplacer un rendez-vous, appelez le Centre des rendez-vous, au **514 890-8051**, du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h 30. Si vous avez des questions sur votre santé, posez-les à votre infirmière de suivi au numéro ci-dessous.

Téléphone : _____.



RESSOURCES UTILES

Fondation canadienne du foie

www.liver.ca

Elle offre un guide pour bien manger avec une maladie du foie. En haut de la page Web, cliquer sur « Français ». Dans la barre de recherche, écrire « garde-manger » → Cliquer sur « Le garde-manger bon pour le foie »

La fondation a aussi une ligne d'aide : **1 800 563-5483**

du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h. Cette fondation a aussi un réseau de soutien par les pairs. Vous pouvez parler à des personnes qui ont une maladie du foie ou à leurs proches.

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal chumontreal.qc.ca