

HEPATITIS B

GET THE FACTS



WHAT IS HEPATITIS B?

Hepatitis B is a liver disease caused by the hepatitis B virus (HBV). HBV is far more infectious than HIV and can be prevented by a vaccine. People who have not been vaccinated may be at risk of getting infected.

About 95 percent of adults will recover within 6 months of becoming infected (acute hepatitis B) and as a result will develop lifelong protection against it. The remaining 5 percent are unable to clear the virus and will become chronically infected. Chronic hepatitis B infection is treatable.

It is estimated that less than 1 percent of Canada's population is infected with either acute or chronic HBV. People who are infected before the age of 7 are at a higher risk of developing chronic infection. In 2011, the overall reported rate of acute hepatitis B infection in Canada was 0.6 reported cases per 100,000 people living in Canada.

WHY IS HEPATITIS B A HEALTH CONCERN?

Many people infected with HBV do not know they have the virus because symptoms can take two to six months to appear and only about 50 percent of people develop symptoms. During this time, they can spread the infection to others. You may not know you have this infection until damage has already been done to your liver. Potential complications from chronic HBV infection include cirrhosis of the liver, liver failure, liver cancer and premature death.

WHY DO I NEED MY LIVER?

It's important to keep your liver healthy because it plays a key role in your overall health. It helps digest food and stores vitamins and minerals. Most importantly, the liver acts as a filter for chemicals and other substances that enter the body. It is also important in the production of your blood and many of the proteins that keep your body working.

HOW IS HEPATITIS B SPREAD?

HBV is spread through contact with infected blood and body fluids including semen and vaginal fluid.

The most common risk factors for HBV infection include:

- Injection drug use (past and/or present) and intranasal drug use (snorting) when sharing contaminated drug-using equipment (e.g., needles, straws pipes, spoons and cookers);
- High-risk sexual activities (e.g., unprotected sex, multiple sexual partners);
- Being born or living in a region where HBV is widespread;
- Being born to a mother with HBV;
- Exposure to blood/blood products in endemic regions without routine infection control measures;
- Use of shared or contaminated medical or dental devices;
- Sharing personal care articles such as razors, scissors, nail clippers or toothbrushes with an infected person;
- Exposure in the workplace by getting pricked by a needle or sharp equipment that had infected blood or body fluids on it;

- Tattooing, body piercing or acupuncture when unsterile equipment or techniques are used; and
- Exposure to blood, blood products or organ transplantation in Canada prior to 1970.

Hepatitis B is NOT spread by casual contact such as hugging, kissing or shaking hands or by being around someone who is sneezing or coughing. It cannot be spread by breastfeeding unless the nipples are cracked and bleeding. The hepatitis B virus is not found in food or water.

Transmission through saliva not visibly contaminated with blood is uncommon.

WHAT ARE THE SYMPTOMS OF HEPATITIS B?

You may have hepatitis B and not have any signs or symptoms. Symptoms of HBV infection can include some or all of the following: fatigue, loss of appetite, fever, nausea, vomiting, dark urine, pale stools, stomach pain, joint pain and jaundice (yellowing of the skin and eyes). About half of the people infected with HBV don't develop any symptoms until their liver has already been damaged—that's why it's important to take precautions against HBV, and to get tested if you think you might be infected.

HOW CAN I PROTECT MYSELF AND OTHERS AGAINST HBV?

There is a safe and effective vaccine available to prevent you and others from getting hepatitis B. In Canada, all provinces and territories have free immunization programs for children and certain groups of adults.

If you are pregnant and infected with hepatitis B, it is important for you to know that your infant is at a high risk of developing chronic HBV infection. In Canada, it is recommended that infants born to infected mothers receive a special injection immediately after birth, as well as, the first dose of vaccine within 12 hours of birth to help prevent infection.

Hepatitis B vaccination is the best way to protect yourself against becoming infected. You can also reduce the risk of hepatitis B infection by taking the following precautions:

- Avoid sharing needles/syringes, spoons, drug solutions or water, filters, cookers, pipes, straws used for snorting drugs, and other drug related equipment. Cleaning with bleach may not kill HBV;
- Practice safer sex. Use condoms/dental dams to reduce the risk of acquiring sexually transmitted and blood borne infections (STBBIs) including HBV;
- Avoid dental, medical or cosmetic procedures that penetrate the skin (e.g., transfusions, acupuncture, piercing or tattooing) unless you are certain that the needles, materials and equipment are sterile;
- Wear latex gloves if you are likely to be in contact with someone else's blood or bodily fluids;
- Don't share personal items like razors, scissors, nail clippers or toothbrushes; and
- Be especially careful when travelling abroad in countries where HBV is widespread.

HOW CAN I FIND OUT IF I HAVE ACUTE OR CHRONIC HEPATITIS B?

If you think you are at risk, or may be infected with hepatitis B, talk to your healthcare provider about testing for hepatitis B, and the hepatitis B vaccination.

WHAT IF I HAVE HEPATITIS B?

Most adults with hepatitis B infection will clear the virus on their own within 6 months. If you clear the virus, you will no longer be infected and will not be able to transmit the virus to others. You will also have antibodies that protect you from getting hepatitis B again. Until your health care provider tells you that you have cleared the virus, you are still infectious and can transmit the virus to others. Management and care of acute HBV infection is focused on relief of symptoms, preventing complications and further transmission.

If you have a chronic HBV infection your healthcare provider will monitor you closely with blood tests to keep an eye on your liver health and may recommend treatment. Not all people with chronic HBV infection need to be treated. A combination of medications can be used to treat hepatitis B. Talk to your health care provider to see if treatment is right for you.

To prevent further damage to your liver, your health care provider may advise vaccination against hepatitis A. Many provinces and territories provide this vaccination at no direct cost to you. In addition, you may want to limit or avoid alcohol consumption to decrease your risk of liver damage.

If you have either an acute or chronic infection, you should advise anyone who may have been exposed to your blood or bodily fluids (e.g., sexual partners, people you live with, and health care workers). These people should consult a health care provider right away as there are ways to prevent them from getting the infection.

If you have acute or chronic hepatitis B, you may infect others. You can prevent spreading the virus by following the same safe sex, drug behaviour and personal hygiene precautions outlined to reduce your risk of infection. Additionally:

- Never donate blood, tissue, organs or semen;
- Ensure that family members living with you, sexual partners and drug use partners are tested for HBV and immunized if at risk;
- If you are pregnant, inform your health care provider so that all the necessary precautions for the baby are taken at or soon after birth; and
- Cover open sores or breaks in your skin.

REMEMBER

Hepatitis B is a vaccine-preventable disease.

Chronic hepatitis B is treatable. If you think you may be infected with hepatitis B, it is important to find out if you have the virus so that you can take the necessary steps to protect yourself and others.

HEPATITIS B

GET THE FACTS

YOU CAN HAVE IT AND NOT KNOW IT

For more information on other sexually transmitted and blood borne infections visit our website at:

www.healthycanadians.gc.ca/health-sante/sexual-sexuelle/index-eng.php



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