

Guérir l'hépatite C

**Ce qu'il vous faut savoir
si vous consommez
des drogues**



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C

Table des matières :

- Avez-vous l'hépatite C?
Prenez-vous des drogues? 4
- Si je consomme encore des drogues, est-ce que je
peux me faire traiter pour l'hépatite C? 5
- Qu'est-ce que l'hépatite C? 6
- Est-ce que toutes les personnes atteintes de
l'hépatite C ont besoin de suivre un traitement? . 7
- En quoi consiste le traitement de l'hépatite C? . 8
- Combien le traitement va-t-il me coûter? 8
- Comment la guérison peut-elle m'aider? 9
- Comment le traitement de l'hépatite C agit-il? . . 10
- Et si je suis enceinte ou prévois une grossesse? . 11
- Comment puis-je me préparer à commencer le
traitement et à le suivre jusqu'au bout? 12
- À quoi devrais-je m'attendre par rapport
au traitement? 14
- Est-ce que le traitement cause des
effets secondaires? 15
- Qu'est-ce qu'on fait si j'ai les veines endommagées
et ai besoin de passer un test de sang? 16
- Est-ce que le traitement augmente le risque
de surdose si je consomme des drogues? 17
- Comment puis-je rester en santé après
avoir guéri? 18

Avez-vous l'hépatite C?

Prenez-vous des drogues?

Si vous avez répondu oui, cette brochure s'adresse à vous. Continuez à lire!

De nombreuses personnes ont l'hépatite C. L'hépatite C se transmet par les contacts de sang à sang. Une façon courante de contracter l'hépatite C consiste à partager du matériel pour consommer des drogues.

Cela inclut le partage d'aiguilles, de seringues, de filtres, de résidus de drogues (*wash*), d'eau, de cuillères et d'autres réchauds pour préparer et s'injecter des drogues. Cela inclut aussi le partage de pipes, de tiges et de pièces buccales pour fumer des drogues et de pailles et de papiers enroulés pour en sniffer.

Si je consomme encore des drogues, est-ce que je peux me faire traiter pour l'hépatite C?

Oui! Vous pouvez continuer à consommer des drogues lorsque vous suivez un traitement qui vous guérira de l'hépatite C. Vous pouvez également être traité et guéri de l'hépatite C si vous buvez de l'alcool. Le traitement de l'hépatite C peut aider votre santé.

Vous méritez des soins respectueux de la part des médecins, des infirmières et d'autres travailleurs de la santé.

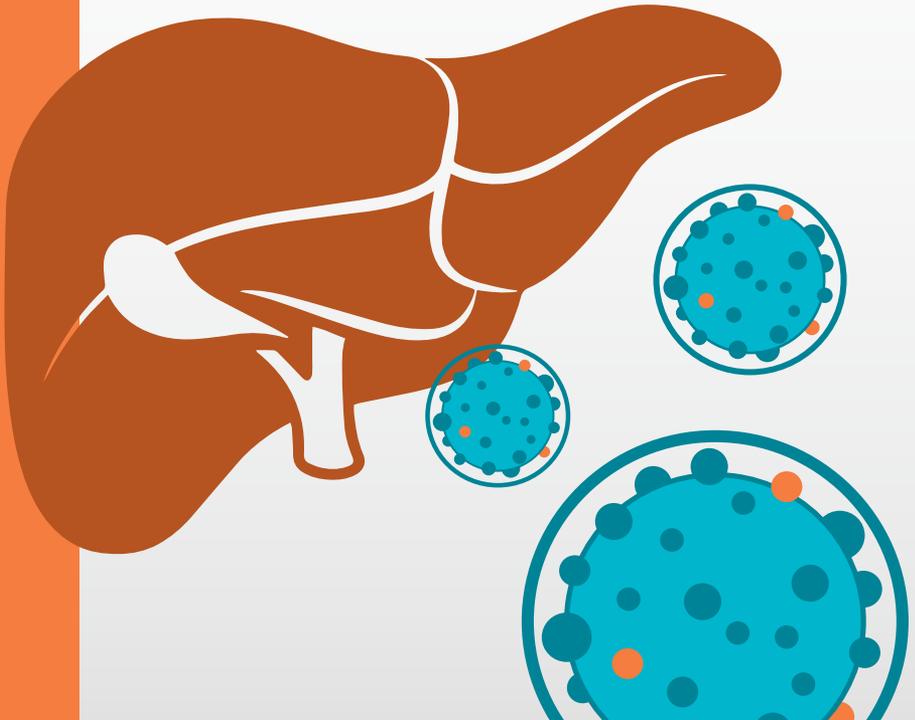
Renseignez-vous auprès des intervenants en réduction des méfaits ou d'autres personnes qui consomment des drogues pour trouver des infirmières ou médecins avec qui vous pourrez bien travailler.



Qu'est-ce que l'hépatite C?

L'hépatite C est un virus qui cause des dommages au foie. Souvent, les dommages (ou lésions) se produisent lentement sur une longue période. Vous pouvez vivre avec l'hépatite C pendant de nombreuses années sans le savoir parce que vous n'êtes pas malade et n'avez pas de symptômes. Toutefois, au fil du temps, l'hépatite C peut vous rendre très malade.

Il existe six souches différentes (appelées également génotypes) du virus de l'hépatite C, et chacune d'entre elles peut être guérie.



Est-ce que toutes les personnes atteintes de l'hépatite C ont besoin de suivre un traitement?

Environ une personne sur quatre se débarrasse de l'hépatite C d'elle-même (on parle de clairance spontanée), mais la plupart des personnes ont besoin de suivre un traitement pour en guérir. Si une personne ne se débarrasse pas du virus dans les six premiers mois, elle a l'infection à l'hépatite C chronique.

Si vous avez reçu un diagnostic d'hépatite C, il faut que vous soyez traité pour en guérir. Parlez à une infirmière ou à un médecin de vos options de traitements.



En quoi consiste le traitement de l'hépatite C?



Les traitements contre l'hépatite C sont très efficaces et guérissent plus de 95 % des personnes atteintes. Le traitement est aussi efficace même si vous continuez à consommer des drogues. Vous n'avez pas besoin d'arrêter votre consommation pour commencer le traitement.

- Le traitement consiste à prendre des comprimés pendant environ 8 à 12 semaines.
- Pour la plupart des personnes sous traitement, il s'agit de prendre un à trois comprimés, une fois par jour.

Combien le traitement va-t-il me coûter?

La plupart des personnes ne paient pas le traitement elles-mêmes. Le coût du traitement est couvert par les régimes publics d'assurance maladie (provinciaux, territoriaux ou fédéral).

Si vous avez un régime d'assurance privé au travail, il devrait couvrir le coût du traitement.

Parlez à votre infirmière ou médecin de vos options.

Comment la guérison peut-elle m'aider?

- ✓ Le virus de l'hépatite C ne sera plus capable d'endommager votre foie. Le traitement prévient aussi l'insuffisance hépatique et réduit votre risque de cancer du foie.
- ✓ La santé de votre foie pourrait s'améliorer avec le temps.
- ✓ Il se peut que vous ayez plus d'énergie ou éprouviez moins de douleur dans le corps. Pour de nombreuses personnes, la qualité de vie s'améliore.
- ✓ Vous ne pourrez plus transmettre le virus de l'hépatite C.



Comment le traitement de l'hépatite C agit-il?

- Le traitement de l'hépatite C empêche le virus de faire des copies de lui-même, de sorte que le virus est éliminé de votre corps au cours des semaines du traitement.
- Votre consommation de drogues n'a pas d'impact sur le type de traitement que vous recevrez contre l'hépatite C.
- Il se peut qu'un autre médicament appelé ribavirine soit ajouté à votre traitement si votre foie est gravement endommagé.
- Une infirmière ou un médecin vous aidera à choisir le meilleur traitement pour vous. L'objectif consiste à rendre le traitement sûr, efficace et tolérable.
- Même après avoir guéri, vous recevrez un résultat positif au test de dépistage des anticorps contre l'hépatite C pour le reste de votre vie. Mais cela ne veut pas dire que vous avez l'hépatite C.

Et si je suis enceinte ou prévois une grossesse?

- En général, le traitement n'est pas recommandé pendant la grossesse. Les données sur les effets du traitement de l'hépatite C sur la grossesse sont limitées. Des recherches sur cette question sont en cours, alors la situation pourrait changer à l'avenir.
- Tout traitement qui inclut la ribavirine peut causer de graves anomalies congénitales et doit être évité durant la grossesse. Les deux partenaires devraient éviter de prendre la ribavirine pendant au moins six mois avant d'essayer de concevoir.
- Utilisez de la contraception si vous avez des rapports sexuels susceptibles de causer une grossesse.
- Parlez à votre infirmière ou à votre médecin pour connaître vos options de traitements et déterminer le moment de commencer le traitement.

Comment puis-je me préparer à commencer le traitement et à le suivre jusqu'au bout?

Pour donner à votre traitement les meilleures chances de réussir, il faut que vous preniez tous vos médicaments chaque jour en suivant les instructions de votre infirmière ou médecin.

Il est très important que vous suiviez votre traitement jusqu'au bout.

Un élément de la préparation au traitement consiste à mettre en place les soutiens dont vous aurez besoin pour suivre fidèlement votre traitement. Travaillez avec une infirmière ou un médecin afin d'intégrer votre traitement dans votre routine quotidienne.

Voici quelques conseils qui pourraient faciliter le traitement :



Faites un coup d'essai avant de commencer le traitement. Exercez-vous à suivre votre routine de traitement en utilisant des bonbons ou des pastilles.



Prenez vos médicaments en même temps qu'une activité quotidienne, comme vous brosser les dents ou manger votre déjeuner.



Si vous suivez déjà un traitement de substitution aux opioïdes, il peut être utile de prendre vos médicaments contre l'hépatite C en même temps.



Procurez-vous un outil pour vous aider à suivre le fil de votre médication, tels que des plaquettes alvéolées, un pilulier quotidien, une application pour téléphone mobile ou un agenda. Ou réglez une alarme numérique pour vous rappeler l'heure de vos prises de médicaments.



Établissez un réseau de soutien parmi vos amis, votre famille, vos fournisseurs de services et d'autres personnes de soutien. Communiquez avec eux si vous avez des préoccupations concernant votre capacité de suivre fidèlement votre traitement et essayez d'élaborer un plan ensemble.



Si vous consommez des drogues, soyez le plus honnête possible avec votre infirmière ou médecin par rapport à toutes les drogues que vous prenez. Cette information peut être utile à votre traitement et à votre plan de soutien. Cela ne veut pas dire que vous devez arrêter de consommer des drogues avant de commencer le traitement.



Renseignez-vous sur les services de réduction des méfaits près de chez vous. Il pourrait s'agir d'un site de consommation supervisée, d'un site de prévention des surdoses ou d'un programme d'aiguilles et de seringues. Ces services peuvent vous donner de l'information sur les moyens de consommer les drogues de façon plus sécuritaire et de prévenir les surdoses. Ils peuvent également fournir du matériel servant à la réduction des méfaits.



Parlez à une personne qui a déjà suivi ou qui suit actuellement un traitement de l'hépatite C sans avoir cessé de prendre des drogues.

À quoi devrais-je m'attendre par rapport au traitement?



Avant le traitement, votre infirmière ou médecin vous posera probablement des questions sur votre historique de santé et effectuera des tests pour évaluer la santé de votre foie. Il pourrait s'agir de tests de sang, d'une échographie ou d'un FibroScan (appareil qui mesure la santé du foie à l'aide d'ondes sonores).



Parlez à votre infirmière ou médecin de :



toutes les affections médicales que vous avez et de tous les médicaments, drogues ou suppléments que vous prenez.



la fréquence nécessaire de vos conversations avec votre équipe de santé pendant que vous suivrez le traitement.



Cette information vous aidera, ainsi que votre médecin ou infirmière, à choisir le meilleur traitement pour vous et la meilleure façon de vous soutenir pendant le traitement.

Est-ce que le traitement cause des effets secondaires?

Chez la plupart des personnes, le traitement de l'hépatite C ne cause que des effets secondaires légers qui s'estompent ou disparaissent habituellement après quelques semaines de traitement. Les effets secondaires les plus courants incluent des maux de tête, une fatigue inhabituelle, des malaises gastriques et des diarrhées.

Il est possible que vous n'éprouviez aucun de ces effets secondaires, ou seulement un ou deux.

Parlez à votre infirmière ou médecin si vous avez besoin de soutien pour gérer vos effets secondaires.



Un test de sang sera effectué 12 semaines après la fin du traitement pour déterminer si vous êtes guéri de l'hépatite C.



Si vous n'êtes pas guéri, il faudra que vous soyez traité à nouveau (retraitement). Parlez à votre infirmière ou médecin de vos options.

Qu'est-ce qu'on fait si j'ai les veines endommagées et ai besoin de passer un test de sang?

Vous aurez besoin de passer des tests de sang pendant votre traitement contre l'hépatite C et pour déterminer si vous en êtes guéri. Passer des tests de sang peut être difficile si vous avez les veines endommagées, mais il y a des choses à faire pour rendre les tests plus faciles :



Réchauffez votre corps en prenant une douche chaude et portez des vêtements chauds pour aller passer votre test de sang.



Buvez deux ou trois verres d'eau une heure ou deux avant votre test.



Montrez vos meilleures veines à votre infirmière ou médecin.



Faites-vous accompagner d'un ami pour avoir son soutien.



Parlez à votre infirmière ou médecin pour trouver d'autres moyens de faciliter vos tests de sang.

Est-ce que le traitement augmente le risque de surdose si je consomme des drogues?

Certains médicaments contre l'hépatite C peuvent altérer les effets des drogues que vous prenez, ce qui peut contribuer à une surdose. **Si vous prenez des drogues après avoir commencé un traitement de l'hépatite C, allez-y doucement et consommez avec une personne en qui vous avez confiance.**



La naloxone peut aider à renverser les effets d'une surdose d'opiacé et à sauver la vie de la personne touchée. Si vous avez accès à de la naloxone et voulez apprendre à l'utiliser, parlez à un intervenant en réduction des méfaits afin de suivre une formation.

Comment puis-je rester en santé après avoir guéri?

1. Prévenez la réinfection



Même après la guérison, il est possible de contracter l'hépatite C à nouveau.



Si vous consommez des drogues, utilisez du matériel neuf chaque fois. Cela inclut les aiguilles, les seringues, les filtres, les résidus de drogues (*wash*), l'eau et les cuillères et autres réchauds. Utilisez votre propre pipe, tige et pièce buccale si vous fumez des drogues, ainsi que votre propre paille ou papier enroulé si vous en sniffez.



Si vous avez des rapports sexuels comportant un risque élevé de transmission de l'hépatite C, utilisez des condoms et du lubrifiant.



La transmission sexuelle de l'hépatite C *n'est pas courante*. La transmission lors des rapports anaux sans condom entre hommes est *rare*, et la transmission lors des rapports hétérosexuels est *très rare*. Votre risque de réinfection augmente si vous avez le VIH et/ou une infection transmissible sexuellement. Votre risque augmente aussi si vous avez des rapports sexuels lorsqu'il y a du sang présent ou si vous faites du *chemsex* (consommer des drogues pour améliorer ou prolonger la relation sexuelle).



Parlez à votre infirmière ou médecin afin de vous faire tester régulièrement pour la réinfection.



Si vous contractez à nouveau l'hépatite C, il faudra que vous soyez traité à nouveau si vous ne réussissez pas à vous débarrasser du virus tout seul (clairance spontanée). Discutez de vos options de traitements avec votre infirmière ou médecin.



2. Faites surveiller la cirrhose du foie



La cirrhose est un genre de lésion hépatique très grave qui peut être causée par le virus de l'hépatite C au fil du temps.



Si vous avez la cirrhose, il faudra que vous passiez régulièrement des dépistages du cancer du foie. Cela consiste habituellement en une échographie hépatique tous les six mois.



L'alcool est dangereux pour le foie. Si vous avez la cirrhose, il sera bénéfique d'arrêter ou de réduire votre consommation d'alcool.

3. Protégez votre foie contre les hépatites A et B



Faites-vous vacciner contre les hépatites A et B si vous n'avez pas déjà été vacciné. Discutez-en avec votre infirmière ou médecin.



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C

www.catie.ca 1-800-263-1638



/CATIEinfo

DÉNI DE RESPONSABILITÉ

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un(e) professionnel(le) de la santé qualifié(e) qui a une expérience du VIH, de l'hépatite C et des maladies et des traitements en question.

CATIE fournit des ressources d'information aux personnes qui veulent soutenir les autres ou qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE ou auxquels CATIE permet l'accès ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse. Toute personne mettant en application seulement ces renseignements le fait à ses propres risques. Les opinions exprimées dans le présent document ne reflètent pas nécessairement les politiques ou les opinions de CATIE ni de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

L'information sur l'usage plus sécuritaire de drogues est offerte comme service de santé publique pour aider les personnes à prendre de meilleures décisions de santé et ainsi réduire la propagation du VIH, de l'hépatite virale et de toute autre infection. Cette information n'a pas pour but d'encourager ni de promouvoir l'utilisation ou la possession de drogues illégales.

©2019, CATIE
(Réseau canadien d'info-traitements sida).
Tous droits réservés.

No. du Centre de distribution de CATIE : ATI-70195
(also available in English, ATI-70194)

REMERCIEMENTS

ÉQUIPE DE RÉDACTION :

Stephanie Ofoegbu, Melisa Dickie,
Zak Knowles, Rivka Kushner

RÉVISION : Jennifer Thomas

DESIGN ET MISE EN PAGE :

Pam Sloan Designs

TRADUCTION : Alain Boutillier

RÉVISION DU TEXTE FRANÇAIS :

Alexandra Martin-Roche

CATIE est reconnaissant envers le Programme communautaire sur l'hépatite C de Toronto et Elevate NWO pour leur aide à la création de cette publication. Nous tenons à remercier spécialement Jennifer Broad, Paula Tookey et Keith Williams du Programme communautaire sur l'hépatite C de Toronto pour avoir modéré les consultations et fourni des commentaires et suggestions précieux tout au long du processus. Merci aussi à Bernadette Lettner et à Lila Desjardine pour leur apport à la révision du document.

La production de cette publication a été rendue possible grâce à des contributions financières de l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC) et du ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario. Les opinions exprimées dans ce document ne reflètent pas nécessairement celles de nos bailleurs de fonds.

FSC