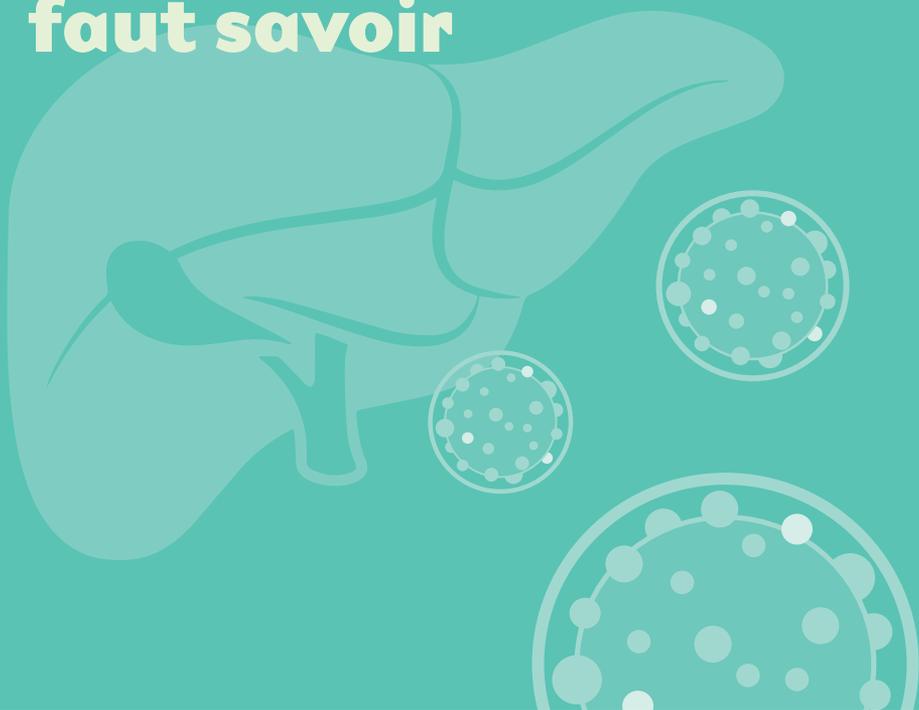


Guérir l'hépatite C

Ce qu'il vous
faut savoir



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

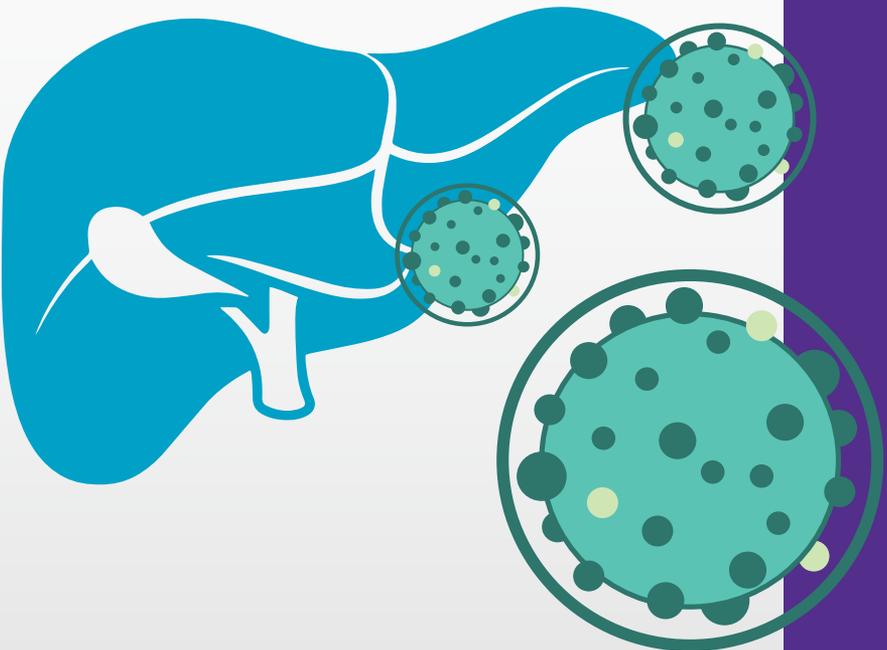
Table des matières :

- Qu'est-ce que l'hépatite C? 3
- Est-ce que toutes les personnes atteintes de l'hépatite C ont besoin de suivre un traitement? 4
- En quoi consiste le traitement de l'hépatite C? 5
- Comment la guérison peut-elle m'aider? 5
- Comment le traitement de l'hépatite C agit-il? 6
- Et si je suis enceint·e, si je prévois une grossesse ou si j'allaité? 7
- Combien le traitement va-t-il me coûter? 8
- Comment puis-je me préparer à commencer le traitement et à le suivre jusqu'au bout? 8
- À quoi devrais-je m'attendre par rapport au traitement? 10
- Est-ce que le traitement cause des effets secondaires? 11
- Comment puis-je rester en santé après avoir guéri? 12

Qu'est-ce que l'hépatite C?

L'hépatite C est une infection du foie causée par le virus de l'hépatite C. Avec le temps, le virus endommage le foie et peut vous rendre très malade. 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, même si le virus endommage votre foie pendant ce temps.

La seule manière de savoir si vous avez l'hépatite C est de vous faire tester.



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

Environ une personne sur quatre élimine l'hépatite C d'elle-même (on parle de clairance spontanée), mais la plupart des personnes doivent suivre un traitement pour en guérir. Si une personne n'élimine pas le virus après six mois, on dit qu'elle est atteinte d'une infection à l'hépatite C chronique.

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



En quoi consiste le traitement de l'hépatite C?



Le traitement contre l'hépatite C est très efficace et guérit plus de 95 % des personnes atteintes.

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

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 probabilité 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. 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 utilisation de drogues n'a pas d'impact sur le type de traitement que vous recevrez.
- Il se peut qu'un autre médicament appelé ribavirine soit ajouté à votre traitement si votre foie est gravement endommagé.
- Un·e infirmier·ère ou un·e 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 le virus de 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 enceint·e, si je prévois une grossesse ou si j'allaite?

- En général, le traitement n'est pas recommandé pendant la grossesse, lorsqu'on tente de tomber enceint·e ou lorsqu'on allaite. Les données sur les effets du traitement de l'hépatite C sur la grossesse ou pendant l'allaitement 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 ne doit pas être pris durant la grossesse. Les deux partenaires ne devraient pas prendre la ribavirine pendant au moins six mois avant d'essayer de concevoir.
- Utilisez un moyen de contraception si vous avez des rapports sexuels susceptibles de causer une grossesse.
- Parlez à votre infirmier·ère ou à votre médecin pour connaître vos options de traitements et déterminer le moment de commencer le traitement.

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 se peut qu'il couvre le coût du traitement.

Parlez à votre infirmier·ère ou médecin de vos options.

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 infirmier·ère 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. Consultez un·e infirmier·ère ou un·e médecin pour voir comment intégrer votre traitement dans votre routine quotidienne.

Voici quelques conseils qui pourraient faciliter le traitement :



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



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.



Demandez à votre médecin, votre infirmier·ère ou votre pharmacien·ne de vous remettre des doses quotidiennes ou hebdomadaires pour vous aider à vous y retrouver.



Établissez un réseau de soutien parmi vos ami·e·s, votre famille, vos prestataires de services et d'autres personnes de soutien. Communiquez avec ces personnes si vous avez des préoccupations concernant votre capacité de suivre fidèlement votre traitement et essayez d'élaborer un plan ensemble.



Si vous utilisez des drogues (légal·es ou illégal·es), soyez le plus honnête possible avec votre infirmier·ère 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 d'utiliser des drogues ou réduire votre utilisation avant de commencer le traitement.

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



Avant le traitement, votre infirmier·ère ou médecin vous posera probablement des questions sur vos antécédents médicaux 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 infirmier·ère ou médecin de :



tous les problèmes de santé que vous avez et de tous les médicaments, drogues (légales ou illégales) 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 infirmier·ère, 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 maux de ventre et des diarrhées.
- Il est possible que vous n'éprouviez aucun de ces effets secondaires, ou seulement un ou deux.
- Parlez à votre infirmier·ère ou médecin si vous avez besoin de soutien pour prendre en charge vos effets secondaires.



- **Un test de sang sera effectué 12 semaines après la fin du traitement pour déterminer si vous êtes guéri·e de l'hépatite C.**
- Si vous n'êtes pas guéri·e, il faudra que vous soyez traité·e à nouveau (retraitement). Parlez à votre infirmier·ère ou médecin de vos options.

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 prenez des drogues, utilisez du matériel neuf chaque fois. Cela inclut les aiguilles, les seringues, les filtres, l'eau stérile et les Stéricups. Utilisez votre propre pipe, tige et embout buccal si vous fumez des drogues, ainsi que votre propre paille, papier enroulé ou autre article si vous en sniffez.
- La transmission de l'hépatite C pendant les rapports sexuels n'est pas courante. Le risque augmente si vous utilisez des drogues avant ou pendant les rapports sexuels, si vous avez des rapports sexuels anaux sans condom ou des rapports sexuels en groupe, si vous avez des rapports sexuels où du sang pourrait être présent, ou si vous ou votre/vos partenaire-s avez le VIH ou une autre infection transmissible sexuellement.



Si vous avez des rapports sexuels comportant une probabilité élevée de transmission de l'hépatite C, utilisez des condoms et du lubrifiant.



Parlez à votre infirmier·ère 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·e à nouveau si vous ne réussissez pas à éliminer le virus de vous-même (clairance spontanée). Discutez de vos options de traitements avec votre infirmier·ère ou médecin.

Si vous utilisez des drogues, essayez de ne pas le faire seul·e. Demandez à quelqu'un de vous surveiller quand vous utilisez des drogues, ou alors rendez vous dans un site de consommation supervisée ou un site de prévention des surdoses pour empêcher de faire une surdose mortelle. Munissez-vous d'une trousse de naloxone, apprenez à vous en servir et informez les gens que vous en avez une.

2. Faites surveiller la cirrhose

- 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 utilisation 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-e. Discutez-en avec votre infirmier-ère ou médecin.



Le traitement permet de guérir plus de 95 % des personnes atteintes d'hépatite C.

Le traitement est facile à obtenir au Canada et la plupart des gens n'ont pas à déboursier pour l'obtenir.

DÉNI DE RESPONSABILITÉ

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse, mais cette information ne doit toutefois pas être considérée comme des conseils médicaux. Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un-e professionnel-le de la santé qualifié-e. À des fins de promotion de la santé publique, les ressources offertes par CATIE peuvent contenir des descriptions ou des représentations de nature sexuelle ou concernant l'usage de drogues. Les opinions exprimées dans les présentes peuvent ne pas refléter les politiques ou les opinions de CATIE ou de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

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 Boutilier, Rachelle Fecteau

RÉVISION DU TEXTE FRANÇAIS : Alexandra Martin-Roche, Denise Bérubé

La production de cette publication a été rendue possible grâce aux contributions financières de l'Agence de la santé publique du Canada et du ministère de la Santé de l'Ontario. Les opinions exprimées ici ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada ou du ministère de la Santé de l'Ontario.



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

www.catie.ca



©2019, CATIE (Réseau canadien d'info-traitements sida).
Tous droits réservés. Révisé en 2023.

N° du Centre de distribution de CATIE : ATI-70193
(also available in English, ATI-70192)

FSC