

M'ADAPTER AUX DIFFÉRENTES
SITUATIONS MÉDICALES

être hépatant 9

ÉDITION 2016

Qu'est-ce que l'hépatite B ?

NOTIONS POUR MIEUX COMPRENDRE













Nous voulons informer sur l'hépatite C,
lutter pour une meilleure prise en charge
de notre maladie, et contribuer à une plus grande
acceptation des personnes atteintes par le VHC.

SOS hépatites
www.soshepatites.org Fédération

Avec le soutien de  **MSD**
Vivre mieux

LES MODES DE TRANSMISSION DES VIRUS DES HÉPATITES

	VIRUS DE L'HÉPATITE A	VIRUS DE L'HÉPATITE B	VIRUS DE L'HÉPATITE C
Baiser profond 	○	● Au début de l'infection	○
Alimentation pays pauvres 	● Si contact selles	○	○
Relations sexuelles 	● Si contact selles	●	● Si échange sang
Partage de matériel d'injection et de sniff entre usagers de drogue 	●	●	●
Partage objets de toilette 	●	●	●
Toilettes 	● Si contact selles	○	○
Contacts humains (toucher) 	○	○	○
Grossesse 	●	● 90% si enfant non traité	○ Si enfant traité à la naissance
Transfusion 	○	● Avant 1971	○ Depuis 1971
vaccins (pour éviter la contamination) 	vaccin	vaccin	pas de vaccin

○ Pas de transmission ● Risque de transmission limité ● Risque de transmission élevé



Qu'est-ce que l'hépatite B ?

L'hépatite B est une maladie du foie, parfois grave, causée par un virus (le VHB) qui se transmet par les relations sexuelles ou le contact avec du sang infecté. Le VHB attaque directement le foie : il peut provoquer des cirrhoses, des cancers et dans certains cas la mort. L'hépatite B est la maladie sexuellement transmissible la plus répandue sur la planète et la plus meurtrière.

2 milliards d'individus, soit une personne sur trois dans le monde, ont déjà été en contact avec le virus. Actuellement, 350 millions de personnes sont atteintes d'hépatite B chronique. L'hépatite B provoque 1 million de décès par an : c'est la deuxième cause de cancer dans le monde après le tabac. En France, plus de trois millions de personnes ont été en contact avec le virus de l'hépatite B. 5000 nouvelles contaminations se produisent encore chaque année. Environ 300 000 personnes en France souffrent d'hépatite B chronique, sachant que plus de la moitié l'ignore encore. Ces chiffres sont d'autant plus insupportables qu'il existe un moyen sûr et efficace de se protéger contre cette maladie : le vaccin.



Comment contracte-t-on l'hépatite B ?

Le virus de l'hépatite B est extrêmement contagieux : dix fois plus que le virus de l'hépatite C, cent fois plus que le virus du sida. Il est aussi plus résistant et n'est pas détruit par l'alcool et l'éther. Il peut survivre jusqu'à sept jours à l'air libre. Le VHB se transmet par contact avec le sang et d'autres liquides biologiques (le sperme, les sécrétions vaginales).

Si l'on n'est pas vacciné, on peut être contaminé par :

- un rapport sexuel (vaginal, anal ou buccogénital) avec une personne infectée ;
- dans le cas d'usages de drogues le partage ou la manipulation de seringues et de matériel d'injection ou de sniff (cuillère, coton, paille, etc) ;
- le contact direct du sang d'une personne non contaminée avec le sang d'une personne infectée ;
- la grossesse et/ou l'accouchement (transmission du VHB d'une mère contaminée à son nouveau-né) ;
- le partage de rasoirs, brosses à dents, ciseaux, coupe-ongles, pinces à épiler, bijoux de piercing, boucles d'oreille, etc ;
- le tatouage, l'acupuncture et le piercing réalisés sans les règles d'hygiène nécessaires (le matériel doit être à usage unique ou stérilisé à l'autoclave) ; On ne peut pas être contaminé par le partage des couverts, la nourriture, l'eau, l'utilisation commune de toilettes.

Un vaccin pour protéger son entourage

Il existe un vaccin sûr et efficace permettant de prévenir l'infection. Ce vaccin, disponible depuis 1982, se fait en trois injections. Il fournit une protection contre l'hépatite B chez 90 à 95 % des personnes vaccinées. L'âge a une influence sur l'efficacité du vaccin : avant 15 ans, le vaccin est efficace dans 99 % des cas ; après 50 ans, il est efficace chez seulement 60 % des personnes. Il est recommandé de faire vacciner les enfants le plus tôt possible, de préférence en même temps que les autres vaccinations du nourrisson. La vaccination contre l'hépatite B à la naissance ne présente strictement aucun risque. Le vaccin permet de réduire considérablement le nombre d'hépatites B chroniques, de cirrhoses et de cancers du foie, ainsi que la mortalité due aux hépatites fulminantes.

Si vous êtes atteint par l'hépatite B, il est impératif que votre entourage soit dépisté et vacciné. C'est important pour vos proches, mais aussi pour votre tranquillité d'esprit : ainsi, votre vie amoureuse et familiale sera tout à fait sereine. Les polémiques relayées ces dernières années sont infondées : le vaccin contre l'hépatite B ne présente aucun risque prouvé, mais une consultation médicale préalable à la vaccination est conseillée pour faire le point sur les maladies connues dans la famille et les antécédents médicaux de la personne. Dans les mois qui suivent la vaccination, il faut contrôler par une simple prise de sang si le vaccin a été efficace. Si vos partenaires sexuels ne sont pas vaccinés ou si vous ne connaissez pas leur situation vis-à-vis du vaccin, l'utilisation systématique du préservatif est indispensable pour empêcher leur contamination par le VHB et pour vous protéger de toutes les autres maladies sexuellement transmissibles. En plus des bébés, toutes les personnes se trouvant dans l'une des situations suivantes devraient être vaccinées :

- les pré-adolescents (11-13 ans), avant leurs premiers rapports sexuels ;
- les personnes ayant des comportements à risque (rapports sexuels sans préservatif, multiples partenaires, partage d'aiguilles, du matériel lorsqu'il y a usage de drogue) ;
- les personnes immuno déprimées (patients soumis à une chimiothérapie, hémodialysés, malades du sida...) contaminées par le VHB développent une hépatite chronique dans 40% des cas. La découverte d'une hépatite aiguë ou chronique doit amener à faire dépister et vacciner l'entourage ;
- les personnes habitant ou voyageant dans des régions ayant des taux élevés d'infection à VHB (Afrique, Asie, Amérique du Sud, Europe de l'Est) ;
- les professionnels de santé.

Comment évolue l'infection ?

Après une période d'incubation qui peut durer de deux à six mois, au cours de laquelle on ne ressent rien, le virus VHB déclenche une hépatite aiguë qui passe le plus souvent inaperçue. Pour 20 à 40 % des personnes, l'hépatite aiguë s'accompagne de symptômes plus ou moins marqués : fatigue, fièvre et refroidissements, urines foncées, selles liquides, jaunissement des yeux et de la peau (ictère), douleur au côté droit pouvant irradier dans le dos, parfois du prurit (démangeaisons). Parmi les personnes qui ont une hépatite aiguë symptomatique, une sur cent fait une hépatite B fulminante, mortelle dans huit cas sur dix si une greffe du foie n'est pas réalisée en urgence. Le risque d'hépatite fulminante augmente avec l'âge. L'hépatite aiguë dure huit à douze semaines. Pendant cette période, même si l'on ne ressent aucun signe, la quantité de virus dans l'organisme est très importante : le virus est présent dans le sang, le sperme et les sécrétions vaginales, mais aussi dans la salive. C'est pourquoi, au tout début de l'infection, une personne contaminée peut transmettre le virus même par un baiser profond.

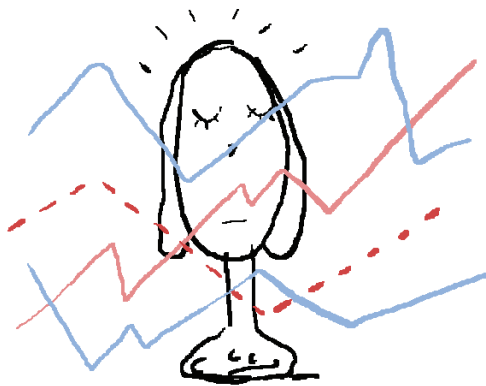
Après ces quelques semaines, neuf personnes sur dix éliminent le virus. Dans les résultats d'analyse de sang, l'antigène HBs (signe de reconnaissance du virus) disparaît alors pour faire place à l'anticorps anti-HBs : sa présence témoigne de la guérison mais aussi de l'immunisation, généralement définitive, de la personne contaminée.

En revanche, la maladie s'installe chez 10 % des personnes infectées (15 % chez les hommes, 5 % chez les femmes) : l'hépatite B devient alors chronique et plus ou moins active. L'antigène HBs reste présent et il n'apparaît pas d'anticorps anti-HBs. C'est pourquoi il est toujours nécessaire d'effectuer un contrôle sérologique six à huit semaines après le début d'une hépatite aiguë.

Les personnes immunodéprimées (patients soumis à une chimiothérapie anticancéreuse, hémodialysés, malades du sida...) contaminées par le VHB développent une hépatite chronique dans 40 % des cas. La découverte d'une hépatite aiguë ou chronique doit amener à faire dépister et vacciner l'entourage.

Virus B sauvage et mutant

Les virus de l'hépatite B et de l'hépatite C sont deux virus différents. Or, sur les résultats d'analyse d'une personne contaminée par le VHB, on peut parfois lire la mention : « variant pré-C ». Il s'agit d'une forme mutante du virus de l'hépatite B, différente de la souche d'origine. Si l'on a été contaminé par ce virus B mutant, on a une hépatite B : contrairement à ce que pourrait faire penser l'appellation « pré-C », la maladie n'évoluera jamais en hépatite C.



Quels sont les symptômes de l'hépatite B chronique ?

La plupart des personnes atteintes d'hépatite B chronique ne ressentent rien de particulier ou n'ont que de légers symptômes. Certains évoquent des signes qui ne sont pas caractéristiques : fatigue, nausées ou vomissements, douleurs articulaires et musculaires. 20 à 30 % auront des complications au niveau du foie, voire une cirrhose. Leur risque d'avoir un cancer du foie est considérablement plus élevé que la normale. Attention : les lésions du foie provoquées par le VHB peuvent être importantes même si la personne n'a aucun symptôme.

Comment diagnostique-t-on l'hépatite B chronique ?

Un examen de sang de routine peut signaler une infection par le VHB. Un test spécifique de dépistage du virus permet alors de confirmer le diagnostic d'hépatite B. Le test de dépistage du VHB peut aussi être effectué volontairement un Centre Gratuit d'Information, de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD) ou dans un laboratoire d'analyses médicales : dans ce cas, s'il est effectué sur ordonnance médicale, il est remboursé à 100 % par la sécurité sociale. Plus de la moitié des personnes atteintes par le virus de l'hépatite B ignorent qu'elles sont infectées. Si vous ne connaissez pas votre situation par rapport à l'hépatite B et si vous n'avez jamais été vacciné, faites un test de dépistage. S'il est négatif, consultez votre médecin pour envisager une vaccination.

Existe-t-il des traitements pour l'hépatite B ?

Dès la découverte de l'hépatite, il faut éviter de boire de l'alcool. En ce qui concerne l'hépatite aiguë qui survient après la contamination, il n'existe pas de traitement spécifique : du repos et pas d'automédication (certains médicaments, que l'on croit anodins, sont dangereux pour le foie). Pour les personnes atteintes d'hépatite B chronique, l'objectif du traitement est de bloquer la multiplication virale afin de retarder le plus possible les dégâts causés au foie. Dans l'idéal, cela se traduit par la disparition de l'antigène et l'apparition de l'anticorps. Si l'anticorps apparaît, on peut arrêter le traitement. Sinon, on continue plusieurs mois ou années, car le traitement «endort» le virus : inactif, celui-ci ne provoque pas de dommages. Le médecin met en place une stratégie en fonction de l'importance des lésions du foie, visibles grâce à la biopsie ou aux marqueurs non invasifs de la fibrose : fibrotest® (analyse sanguine), fibroscan® (comparable à une échographie). Actuellement, un traitement n'est prescrit qu'aux malades présentant une forme avancée d'hépatite B chronique, avec des lésions importantes au niveau du foie. Selon les cas, plusieurs traitements sont possibles. L'interféron alpha est prescrit depuis plusieurs années : ce médicament a une action antivirale et stimule les défenses immunitaires.

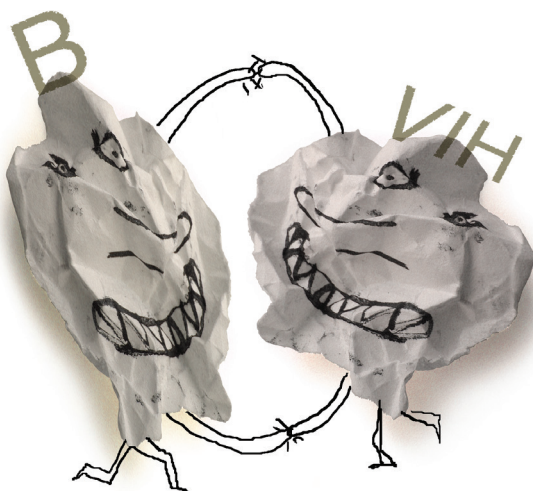
Avec un traitement par interféron d'une durée de six mois à un an, l'apparition d'anticorps intervient dans un tiers des cas. D'autres médicaments sont utilisés de façon plus récente : les analogues nucléosidiques (lamivudine, adéfovir, ténofovir, emtricitabine, entécavir...) bloquent la multiplication du virus dans presque 100 % des cas.

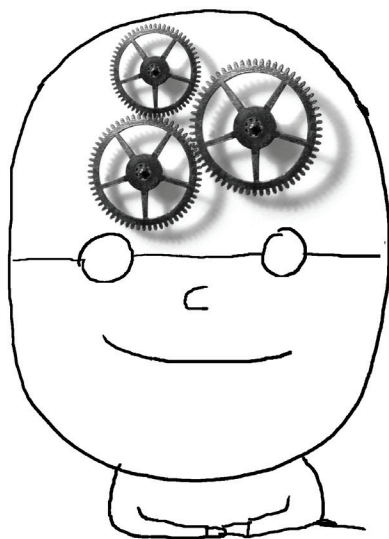


La majorité des personnes devront prendre ces médicaments pendant plusieurs années, mais leur qualité de vie sera préservée car les effets secondaires sont généralement moindres qu'avec l'interféron. On s'oriente aujourd'hui vers des combinaisons de médicaments qui augmenteraient les chances de réussite et empêcheraient l'apparition de résistances. Dans les cas graves d'hépatite B chronique, une transplantation hépatique (greffe du foie) est parfois nécessaire. Au bout d'un an de traitement, on constate l'apparition d'anticorps chez 35 à 40 % des malades traités.

CO-INFECTION HÉPATITE B ET VIRUS DU SIDA

Si vous êtes atteint par le VIH, il faut systématiquement demander à votre médecin une recherche du VHB par PCR, car les simples tests de dépistage ne suffisent pas pour avoir un diagnostic fiable chez les personnes séropositives au VIH. Plus de 80 % des patients séropositifs au VIH ont été en contact avec le virus de l'hépatite B. L'infection par le VIH aggrave le pronostic de l'hépatite chronique B : elle accélère la dégradation des cellules du foie et entraîne une moins bonne réponse au traitement. Il existe des médicaments qui sont actifs sur les deux virus, mais leur efficacité est parfois limitée dans le temps, et des résistances peuvent apparaître.





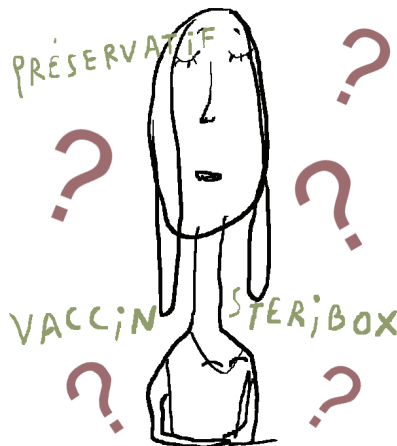
Les traitements de l'hépatite B ont-ils des effets secondaires ?

Les effets secondaires de l'interféron peuvent être importants : état grippal et fièvre après les injections, troubles dépressifs tout au long du traitement (voir la brochure n° 4 « Se préparer au traitement de l'hépatite C »). Une prise en charge psychologique est conseillée avant, pendant et après l'arrêt du traitement. Si elle ne vous est pas proposée, n'hésitez pas à prendre les devants et à consulter un spécialiste.

Les effets secondaires des autres médicaments sont généralement minimes (diarrhée, dessèchement de la peau) et des solutions simples peuvent y remédier. Manger des aliments contenant des bactéries lactiques (yaourt ou lactéol acheté en pharmacie) permet de restaurer le transit intestinal. Pour éviter le dessèchement de la peau, utilisez une lotion lavante à pH neutre et une crème telle que le dexeryl® (Voir Etre Hépatant n°12 « Vivre au mieux pendant le traitement de l'hépatite C »)

L'hépatite B a-t-elle des répercussions sur la vie sociale, amoureuse et familiale ?

Comme pour les autres maladies transmises par voie sexuelle, certaines personnes atteintes d'hépatite B peuvent se sentir « coupables » d'avoir contracté le virus. La découverte d'une l'hépatite B peut engendrer des questionnements au sein d'un couple, à propos d'une infidélité supposée. Or, la contamination peut avoir eu lieu vingt ans auparavant. Il est important d'établir le dialogue ; si vous le souhaitez, proposez à votre conjoint de vous accompagner chez votre médecin traitant. D'autre part, la crainte de transmettre le virus à nos proches peut entraîner un repli sur soi, une absence de vie intime ou des troubles sexuels. La vaccination de tout l'entourage permet à la personne atteinte de retrouver sa tranquillité. Comme toute pathologie chronique, l'hépatite B peut également provoquer un sentiment d'injustice et des angoisses par rapport à l'avenir. Une psychothérapie visant à accepter la maladie est souvent très positive : elle permet en outre de faire le tri entre les problèmes liés à l'hépatite B et ceux qui étaient antérieurs.



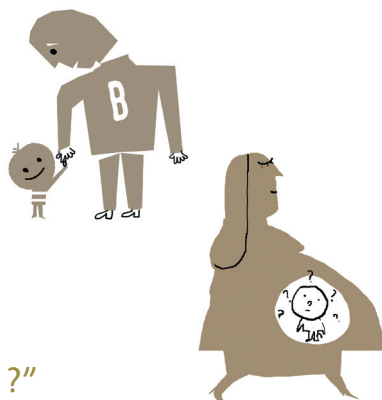
Quelle prise en charge sociale ?

SOS hépatites réclame que toutes les personnes atteintes d'une hépatite B chronique soient déclarées en ALD (affection de longue durée).

C'est au médecin de demander le classement de l'hépatite B en ALD : pour le malade, c'est la garantie que tous les soins liés à son hépatite B seront pris en charge à 100 %.

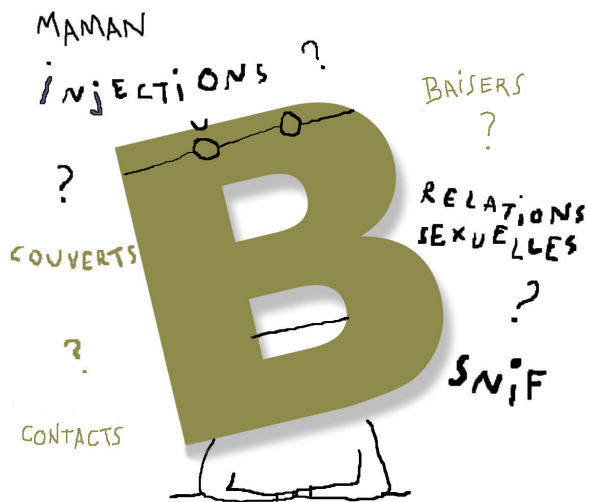
“Je suis porteur d'une hépatite B chronique, je veux être papa ?”

Pas de problème, il suffit que la future maman soit vaccinée et ainsi protégée de l'hépatite B.



“Ma maman a une hépatite B, je suis encore dans son ventre : est-ce que je risque d'être contaminé ?”

En France, depuis 1992, le dépistage du VHB est obligatoire chez toutes les femmes enceintes. Si ta mère a une hépatite B chronique, on commencera à te soigner dans les 24 heures après ta naissance, en t'administrant d'abord un sérum de gammaglobuline anti-HBs, puis une injection de vaccin anti-hépatite B (suivie 1 mois après par une deuxième injection de vaccin associée ou non à une seconde injection de sérum). Une troisième injection de vaccin est réalisée au 6ème mois. 1 à 3 mois après la dernière injection la vérification de l'efficacité sera faite. Dans ce cas, tu n'as aucun risque d'être contaminé. De plus, une hépatite B chronique n'est pas une contre-indication à la grossesse : tout se passera bien pour ta mère et pour toi. En revanche, si ta mère vit dans un pays où il n'y a ni vaccin, ni dépistage, ni prise en charge médicale, elle te transmettra très probablement le virus. On pense que la contamination a lieu pendant l'accouchement. Si tu n'es pas rapidement soigné, tu as 90 % de risques de développer une hépatite B chronique et tu pourras souffrir, dans les années qui viennent, de cirrhose et de cancer du foie.



■ contaminations possibles

■ pas de contamination

Les brochures « **Etre hépatant** » ont été conçues par un comité de rédaction composé de militants de SOS HEPATITES. Elles ont été réalisées grâce au soutien financier de MSD en toute indépendance éditoriale.

Rédaction : **Marianne Bernède**

Validation scientifique : Pr Pierre Opolon, Dr Pascal Melin, Dr Marie-Noëlle Hilleret

Illustrations : **Serge Bloch**

Conception et réalisation graphique : **Christian Scheibling**

Impression : 2016

POUR EN SAVOIR PLUS

INFOS

BROCHURES THÉMATIQUES DE LA COLLECTION "ÊTRE HÉPATANT" MISES À JOUR EN 2016

- N° 1 Qu'est-ce que l'hépatite C ? - Notions pour mieux comprendre
- N° 2 Vivre avec l'hépatite C - Répercussions au quotidien
- N° 3 Mon hépatite C, moi et les autres - Relations avec l'entourage
- N° 4 Se préparer au traitement de l'hépatite C - Mettre toutes les chances de son côté
- N° 5 Je surveille mon hépatite C - Comprendre mes examens et leurs résultats
- N° 6 Y'a pas que le foie dans l'hépatite C - Les manifestations extra-hépatiques
- N° 7 C comme cirrhose - Apprendre à vivre avec une cirrhose
- N° 8 C'est dans ma tête ou c'est l'hépatite ? - Fatigue et troubles de l'humeur
- N° 9 Qu'est-ce que l'hépatite B ? - Notions pour mieux comprendre
- N°10 Drogues, alcool et traitement de l'hépatite C - Inventaire des idées reçues
- N°12 Vivre au mieux pendant le traitement de l'hépatite C
- N°14 Co-infection VIH et hépatites virales : réagir avant que les virus s'emmêlent !

Retrouvez l'actualité SOS HÉPATITES, les brochures, les publications et nos coups de gueule sur : <http://www.soshepatites.org/>



Association SOS hépatites Fédération



@SOSHepatitis

e-mail : contact@soshepatites.org

ÉCOUTE ET SOUTIEN



du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h

au  **N° Vert 0 800 004 372**

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

ou au 0 243 428 083



0 800 23 13 13 de 8h à 20h, appel gratuit depuis un poste fixe

DROGUES INFO SERVICE.FR

FAIRE UN DON !

SOS HÉPATITES a besoin de soutien financier pour développer ses activités d'information et d'accompagnement auprès des personnes touchées par une hépatite virale et pour soutenir la recherche. Si vous le pouvez, merci d'adresser vos dons avec nom et adresse à :

SOS HÉPATITES
Tour Gallieni 2
36, avenue du général de Gaulle
93170 Bagnole

Un reçu fiscal vous sera envoyé.

être hépatant

Ces brochures ont été imaginées et conçues par des membres de l'association SOS Hépatites, c'est-à-dire par des personnes atteintes par le virus d'une hépatite virale et leurs proches. Le nom que nous nous sommes donné, «hépatant», est une façon d'exprimer à la fois notre état de santé et notre état d'esprit. Nous voulons informer sur les hépatites B et C, lutter pour une meilleure prise en charge de notre maladie et contribuer à une plus grande intégration des personnes atteintes.

Vous trouverez dans ces documents des informations validées par des médecins. Notre objectif est aussi de vous faire partager notre expérience afin de vous accompagner dans votre parcours médical, vous orienter, vous rassurer et vous fournir des informations pratiques pour vous aider dans votre quotidien.



 N° Vert **0 800 004 372**

APPEL GRATUIT DEPUIS L'OUTREMER

ou au 0 243 428 083



www.soshepatites.org

La collection de brochures « ÊTRE HÉPATANT »
est réalisée grâce au soutien financier de
en toute indépendance éditoriale.

