

Guérir l'hépatite C

**Ce qu'il vous
faut savoir**



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

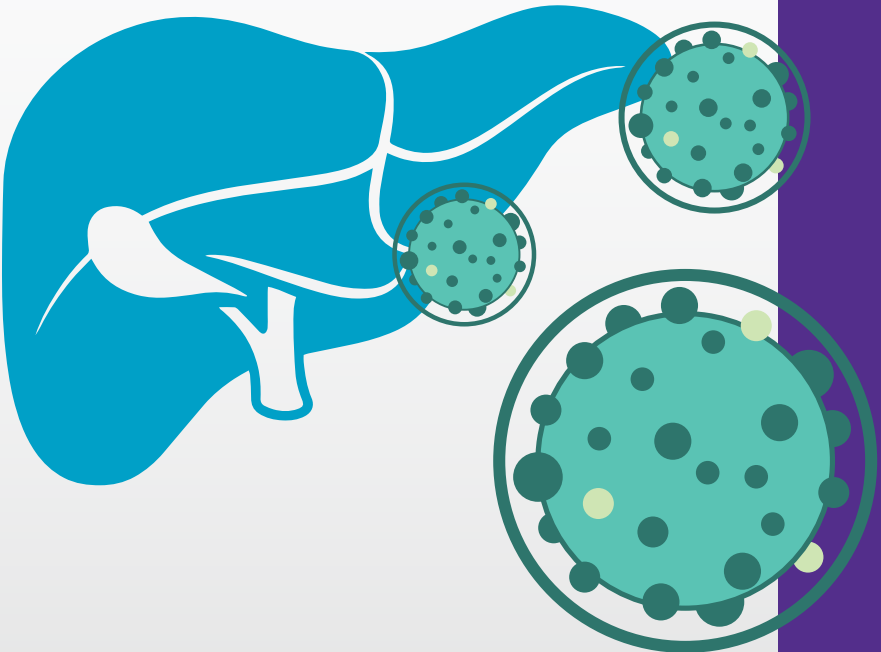
Table des matières :

- 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 enceinte ou prévois une grossesse? 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
- Est-ce que le traitement augmente le risque de surdose si je consomme des drogues? 15

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 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.

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.

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 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 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.



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.

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.

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.

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.



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.

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

RÉVISION DU TEXTE FRANÇAIS : Alexandra Martin-Roche

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

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

No. du Centre de distribution de CATIE : ATI-70193
(also available in English, ATI-70192)

FSC