

VHC

Le VHC Choses à savoir



Canadian AIDS
Society



Société canadienne
du sida



Health
Canada

Santé
Canada

C'est quoi, l'hépatite C ?

L'hépatite C est une infection du foie qui est causée par le virus de l'hépatite C (VHC). Le foie est un organe très important dans notre corps. Il aide à digérer les aliments, à emmagasiner des substances nutritives et des vitamines, et à nettoyer le sang de certains déchets et de toxines. Le VHC entraîne la formation de minuscules cicatrices sur le foie, qui l'empêchent de bien fonctionner. Votre foie est nécessaire à votre vie.

Quels sont les symptômes de l'hépatite C ?

Plusieurs personnes n'ont aucun symptôme. Si des symptômes apparaissent, ce peut être entre 2 semaines et 6 mois après le moment de l'infection. Quand ceci se produit, certaines personnes rapportent de la fièvre, un manque d'énergie, une perte d'appétit, des nausées (troubles d'estomac), des vomissements et une jaunisse (le blanc des yeux et la peau prennent une teinte jaune).

La plupart (75-85%) des personnes qui attrapent le VHC l'ont pour le reste de leur vie (infection chronique) et elles peuvent le transmettre à d'autres. On peut vivre plusieurs années avec l'hépatite C. Cependant, à long terme (parfois après 20 ans ou plus) certaines personnes démontrent des symptômes, une cirrhose (cicatrices au foie), une insuffisance du foie ou un cancer du foie. L'hépatite C est la principale cause du besoin de transplantation du foie.

Comment on attrape l'hépatite C ?

Le VHC se transmet principalement par le contact direct avec du sang d'une personne infectée. À l'heure actuelle, les personnes qui sont le plus à risque de contracter le VHC sont les utilisateurs de drogue par injection. Le virus peut se transmettre d'une personne infectée par le partage d'aiguilles, seringues, filtres, chauffoirs et autres instruments utilisés pour prendre de la drogue. Si vous vous injectez des drogues, vous ne devriez jamais partager vos instruments.

Il est aussi possible d'attraper l'hépatite C par le partage de tubes à renifler la cocaïne (la coke), et de pipes à crack. La coke reniflée peut faire saigner le nez. Si on en fume, les lèvres ou les gencives peuvent aussi saigner. Même si vous ne voyez pas de sang sur l'instrument, cela ne veut pas dire qu'il n'y a aucun danger.

Le tatouage et le perçage corporel peuvent aussi poser un risque d'attraper le VHC. Assurez-vous que tous les instruments sont adéquatement stérilisés. L'hépatite C peut se transmettre par le partage d'encre à tatouage. Utilisez toujours de l'encre neuve et des récipients neufs.

Très rarement, on peut contracter l'hépatite C par des contacts domestiques où du sang est échangé, comme le partage d'une brosse à dents ou d'un rasoir.

Dans le passé, plusieurs personnes ont été infectées par le VHC en recevant du sang infecté, par le biais du système médical d'approvisionnement en sang. De nos jours, ce système est considéré relativement

sécuritaire, parce que les dons de sang sont soumis à des dépistages pour des infections.

Le VHC ne se propage pas en éternuant, en toussant, en serrant une personne dans ses bras, en partageant des ustensiles pour manger ou des verres pour boire, ou d'autres contacts du quotidien qui n'impliquent pas de sang. Il ne se propage pas non plus par la nourriture ou l'eau.

Est-ce que je peux attraper l'hépatite C par des relations sexuelles ?

On ne le sait pas avec certitude. Le VHC n'est pas facilement transmissible par l'activité sexuelle, mais cela demeure possible. Toute activité sexuelle peut être risquée s'il y a une possibilité d'échange de sang (pénétration vigoureuse, pénétration anale, activité sexuelle pendant les menstruations, et certaines activités S&M).

Souvenez-vous que même si le risque de contracter l'hépatite C dans certaines activités est faible, il reste important d'utiliser quand même les précautions du sécurisexe, pour réduire aussi les risques d'attraper d'autres infections comme le

VIH, la gonorrhée, la syphilis et la chlamydia. Si vous êtes atteint d'une infection transmissible sexuellement, il devient plus facile d'attraper l'hépatite C par des activités sexuelles.

Comment savoir si j'ai l'hépatite C ?

Plusieurs personnes ont l'hépatite C et ne le savent pas. La seule façon de le savoir est de passer un test. Étant donné que vous pouvez avoir l'hépatite C sans le savoir, il est important d'éviter les activités à risque.

Est-ce que je devrais passer un test d'hépatite C ?

Si vous vous êtes déjà injecté des drogues, vous devriez passer le test de l'hépatite C. Toutes les personnes qui vivent avec le VIH devraient aussi passer ce test, ainsi que les travailleurs des soins de santé qui ont déjà eu une piqûre accidentelle avec une aiguille utilisée sur un patient. Les bébés de mères atteintes de l'hépatite C peuvent aussi devenir infectés. L'hépatite C peut se transmettre par des relations sexuelles, mais elle n'est pas

transmissible facilement par cette voie. Le risque de transmission sexuelle augmente si vous avez de multiples partenaires sexuels.

Il est important de passer le test, car les traitements pour l'hépatite C fonctionnent mieux s'ils sont pris avant que se produisent des dommages au foie. De plus, vous pourriez apprendre comment protéger votre foie contre plus de dommages, et éviter de transmettre le VHC à d'autres personnes.

Le test de l'hépatite C pour le grand public n'est pas recommandé à moins que la personne ait participé à une activité à risque ou a été exposée au sang d'une personne infectée.

Existe-t-il un vaccin ?

Non. Bien que des vaccins existent contre les hépatites A et B, il n'y a toujours pas de vaccin contre l'hépatite C. Les vaccins contre les hépatites A et B sont recommandés aux personnes qui ont l'hépatite C.

Existe-t-il un remède ?

Un traitement pour l'hépatite C est disponible et il peut être efficace chez certaines personnes. Ce traitement est une combinaison de médicaments qui peuvent avoir des effets secondaires sérieux. Si le traitement fonctionne bien, la présence du virus peut être réduite à un niveau indétectable.

Cependant, le traitement n'est pas efficace pour tous. Il existe différentes sortes (génotypes) du virus de l'hépatite C, et chacun réagit au traitement d'une manière différente. Le génotype 1, le plus répandu en Amérique du Nord, est le plus difficile à traiter.

Même si le traitement de l'hépatite C a été efficace, il est possible qu'une personne devienne réinfectée si elle est exposée au virus à nouveau.

Comment faire pour ne pas attraper l'hépatite C ?

Si vous prenez des drogues, essayez d'éviter de vous les injecter. La plupart des drogues

injectables peuvent aussi être fumées ou reniflées (mais rappelez-vous de ne pas partager de pipes ou de tubes à renifler). Si vous vous faites des injections, utilisez des seringues et aiguilles neuves à chaque fois.

Si vous n'avez pas de seringue et d'aiguille neuves, alors le fait de les désinfecter est mieux que rien.

Ce nettoyage et rinçage, cependant, ne vous protégera pas contre le virus de l'hépatite C.

1. Remplir la seringue avec de l'eau (savon neutre si possible), brasser, puis éjecter par l'aiguille.
2. Remplir la seringue avec de l'eau de Javel pure, laisser agir 30 secondes, puis éjecter par l'aiguille.
3. Répéter l'étape 2 avec de l'eau de Javel nouvelle.
4. Remplir la seringue avec de l'eau propre, brasser, puis éjecter par l'aiguille.
5. Répéter l'étape 4 avec d'autre eau propre.
6. Désinfecter et rincer aussi les instruments de préparation à chaque fois.

Pour le tatouage et le perçage corporel, on devrait seulement utiliser de l'équipement stérilisé.

Quels sont les risques ?

Ce graphique donne un aperçu du degré de risque d'attraper le VHC dans diverses activités. Pendant les relations sexuelles ou en prenant de la drogue, il est rare que l'on fasse une seule chose. Il est important que vous pensiez à chacune des choses que vous faites quand vous avez une relation sexuelle ou prenez de la drogue, et que vous réfléchissiez au degré de risque de chacune.

Souvenez-vous : ne laissez pas le sang d'un partenaire entrer dans votre corps, ou vice-versa. Ne partagez pas de seringues, d'aiguilles ou d'autres instruments pour la drogue.

J'ai déjà l'hépatite C. Que devrais-je faire ?

Une personne qui a l'hépatite C ne devrait pas boire d'alcool, car cela pourrait causer plus de dommage au foie. Certains médicaments en vente libre ou à base de plantes peuvent aussi nuire au foie. Parlez à votre médecin de toute médication que vous prenez. Vous devriez aussi discuter avec votre médecin des tests, de la surveillance régulière ainsi que de la vaccination pour d'autres formes d'hépatites, telles les hépatites A et B.

Vous devriez pratiquer le sécurisexe, en utilisant un condom pour protéger votre partenaire de contracter le VHC et pour vous protéger du même coup contre le VIH et d'autres infections transmissibles sexuellement (ITS), comme la chlamydia, la gonorrhée, l'herpès et la syphilis. Il est important de passer régulièrement des tests d'ITS et de se les faire traiter rapidement.

Quels sont

Risque élevé

1. Partager une aiguille, une seringue, ou un instrument de préparation de la drogue, désinfectés ou non. Utiliser des tatouage, le perçage corporel, l'électrolyse ou l'acupuncture. Rapports sexuels vigoureux; pénétration anale (pénis-vagin) pendant les menstruations; et certaines activités sadomasochistes.

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel de transmission du VHC car elles impliquent un échange de sang. Des études scientifiques ont montré, à maintes reprises, un lien entre ces activités et l'infection au VHC. Même dans les cas où le mécanisme précis n'est pas fait compris, les études permettent de conclure que les activités classées dans cette catégorie comportent un risque élevé. Le risque est plus élevé si la personne a plusieurs partenaires sexuels.

Risque faible

2. Partager un tube ou une pipe pour renifler ou fumer de la cocaïne ou d'autres drogues. Partager une brosse à dents ou un rasoir. Partager une aiguille usagée. *Donner ou recevoir une pénétration vaginale (pénis-vagin) ou anale (pénis-anus) sans condom; recevoir un plaisir sexuel avec un accessoire sexuel partagé; donner une fellation (bouche-pénis) ou un cunnilingus (bouche-vagin) sans barrière de protection.

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel de transmission du VHC car elles impliquent un échange de sang. Elles ont été attribuées à ces activités (généralement dans des études de cas ou des rapports anecdotiques; et dans certaines conditions identifiées). * Bien que les données sur la transmission du VHC par l'activité sexuelle indiquent que le risque serait faible, le risque de transmission du VIH (notamment le VIH) demeure élevé, donc les individus devraient penser à se protéger contre le VIH et les autres ITS.

Risque négligeable

3. Boire du lait au sein lorsque le mamelon est fissuré ou saigne. Donner ou recevoir une pénétration vaginale ou anale en utilisant un condom; donner ou recevoir une fellation ou un cunnilingus avec une barrière de protection; donner un plaisir sexuel (bouche anus); pénétration anodigitale (doigt-anus).

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel de transmission du VHC, car elles impliquent un échange de sang. Cependant, la quantité, le médium et les conditions d'échange semblent diminuer grandement l'efficacité de la transmission. On ne connaît aucun cas confirmé d'infection liée à ces activités.

Aucun risque

4. Utiliser une aiguille et une seringue neuves et des instruments de préparation de la drogue non partagés. Utiliser des instruments stérilisés pour le tatouage, le perçage corporel, l'électrolyse et l'acupuncture. Utiliser un tube ou une pipe neufs ou non partagés pour renifler ou fumer de la cocaïne ou d'autres drogues. Boire du lait au sein quand les mamelons sont en santé. Embrasser; se masturber en solitaire; masturbation du pénis par une autre personne (sans utiliser de sperme ou de sécrétions vaginales de l'autre personne comme lubrifiant); utiliser un accessoire sexuel non partagé; recevoir de l'urine, des matières fécales ou du sperme sur la peau lorsqu'elle n'est pas abîmée; le massage; le toucher; les caresses; échanger des propos érotiques; se frotter corps contre corps.

À notre connaissance, aucune pratique de cette catégorie n'a été identifiée comme ayant donné lieu à une infection au VHC. Il n'y a pas de potentiel de transmission car aucune des conditions de base n'est présente.

Aucun risque

4. Embrasser; se masturber en solitaire; masturbation du pénis par une autre personne (sans utiliser de sperme ou de sécrétions vaginales de l'autre personne comme lubrifiant); utiliser un accessoire sexuel non partagé; recevoir de l'urine, des matières fécales ou du sperme sur la peau lorsqu'elle n'est pas abîmée; le massage; le toucher; les caresses; échanger des propos érotiques; se frotter corps contre corps.

À notre connaissance, aucune pratique de cette catégorie n'a été identifiée comme ayant donné lieu à une infection au VHC. Il n'y a pas de potentiel de transmission car aucune des conditions de base n'est présente.

les risques ?

instruments non stérilisés, pour le
is-anus) sans condom; activité

plus, un nombre important d'études
cis de transmission n'est pas tout à
: de transmission sexuelle s'accroît si

riqûre accidentelle avec
me pénétration avec un

quelques cas d'infection
identifiables).
in d'autres infections

Risque élevé

1. Donner ou recevoir une pénétration vaginale (pénis-vagin) ou anale (pénis-anus) sans un condom; partager une aiguille ou une seringue pour s'injecter de la drogue; recevoir une pénétration avec un accessoire sexuel partagé.

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel élevé de transmission du VIH car elles impliquent un échange de liquide organique comme le sperme, les sécrétions vaginales, le sang ou le lait maternel. De plus, un nombre important d'études scientifiques ont montré, à maintes reprises, un lien entre ces activités et l'infection au VIH. Même dans les cas où le mécanisme précis de transmission n'est pas tout à fait compris, les résultats de ces études permettent de conclure que les activités classées dans cette catégorie comportent un risque élevé.

Risque faible

2. Faire une fellation (bouche-pénis) ou un cunnilingus (bouche-vagin) sans une barrière de protection; donner ou recevoir une pénétration anale ou vaginale en utilisant un condom; *s'injecter une drogue avec une aiguille ou une seringue partagée que l'on a désinfecté.

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel de transmission du VIH car elles impliquent un échange de liquide organique comme le sperme, les sécrétions vaginales, le sang ou le lait maternel. Quelques cas d'infection ont été attribués à ces activités (généralement dans des études de cas ou des rapports anecdotiques; et dans certaines conditions identifiables).

*Le nettoyage de matériel d'injection, au moyen d'eau de Javel, n'est cependant pas efficace pour prévenir la transmission du virus de l'hépatite C (VHC).

Risque négligeable

3. Boire du lait au sein lorsque le mamelon est fissuré ou saigne. Donner ou recevoir une pénétration vaginale ou anale en utilisant un condom; donner ou recevoir une fellation ou un cunnilingus avec une barrière de protection; donner ou recevoir un anilingus (bouche-anus); pénétration anodigitale (doigt-anus).

Toutes les activités de cette catégorie comportent un potentiel de transmission du VHC, car elles impliquent un échange de sang. Cependant, la quantité, le médium et les conditions d'échange semblent diminuer grandement l'efficacité de la transmission. On ne connaît aucun cas confirmé d'infection liée à ces activités.

disturber en solitaire; masturbation par une autre personne (sans utiliser de sperme ou de sécrétions vaginales de l'autre même lubrifiant); utiliser un accessoire sexuel non partagé; recevoir de l'urine, des matières fécales ou du sperme sur le corps qui n'est pas abîmée; le massage; le toucher; les caresses; échanger des propos érotiques; se frotter corps contre corps; utiliser la drogue si la seringue, l'aiguille, le chauffoir et les autres instruments de préparation sont neufs.

En outre, aucune pratique incluse dans cette catégorie n'a été identifiée comme ayant donné lieu à une infection au VIH. Il n'y a pas de transmission virale car aucune des conditions de base n'est présente.

Si j'ai déjà l'hépatite C, comment je peux éviter de la donner à d'autres ?

- Ne jamais partager d'aiguilles, seringues et autres instruments pour la drogue.
- Ne pas faire don de sang ou d'organes.
- Ne pas partager de rasoir, brosse à dents, instruments pour le soin des ongles ou autres articles personnels où il pourrait y avoir du sang.
- Même si la transmission sexuelle semble faible, informez votre partenaire sexuel que vous avez l'hépatite C et pensez à utiliser des condoms de latex et des barrières de protection.
- Couvrez toute coupure ou plaie ouverte sur votre peau.

Et la grossesse, si j'ai l'hépatite C ?

Le risque de transmettre l'hépatite C à votre fœtus est très faible (5 chances sur 100), mais votre nouveau-né devrait être testé entre 12 et 18 mois après sa naissance.

L'allaitement au sein est considéré sécuritaire pour votre nourrisson même si vous avez l'hépatite C, mais il est recommandé de ne pas allaiter si vos mamelons ont des gerçures ou saignent.

Et si j'ai le VIH et aussi l'hépatite C ?

Si vous avez le VIH, l'hépatite C peut devenir grave plus rapidement, parce que votre système immunitaire ne sera peut-être pas assez fort pour lutter contre les deux maladies. De plus, certains médicaments anti-VIH peuvent être durs sur le foie. L'hépatite C est devenue la raison la plus fréquente d'hospitalisation et de décès chez les personnes vivant avec le VIH.

Autres choses à considérer

- L'effet de la drogue ou de l'alcool peut influencer nos décisions sur l'activité sexuelle.
- Avant de vous injecter une drogue, assurez-vous d'avoir une bonne quantité de seringues neuves à votre disposition.
- Désinfecter une seringue prend du temps. Prenez le temps qu'il faut pour bien le faire, même si vous êtes en manque intense (jonesing).
- Si vous vous injectez des drogues, assurez-vous de préparer votre " hit " sur une surface propre. Pour identifier vos seringues et être certain de ne pas les confondre avec celles d'une autre personne, marquez-les avec un stylo ou mordez le bout du piston pour y faire une marque distinctive.

Qui appeler pour en savoir plus ?

Consultez le manuel « **La transmission du VIH et du VHC - Guide d'évaluation du risque** » (2004), disponible auprès de l'Association canadienne de santé publique (www.cpha.ca) et du Centre canadien d'information sur le VIH/sida (www.aidssida.cpha.ca). Téléphonnez sans frais au **1-877-999-7740** ou envoyez un courriel à **aidssida@cpha.ca**.

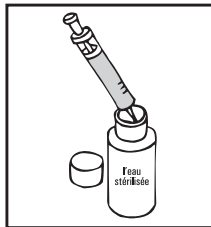
Prenez contact avec un organisme local de lutte contre le sida dans votre communauté. Ce numéro de téléphone devrait être inscrit dans l'annuaire téléphonique.

Comment nettoyer une seringue

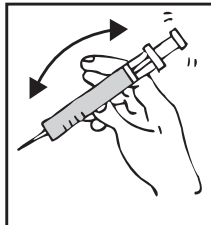
Dans la mesure du possible, ne partagez pas vos seringues. Cependant, si vous le faites, nettoyez toujours la seringue et l'aiguille à l'eau de Javel et à l'eau claire. Voici comment vous y prendre : Il est clairement démontré que le partage d'aiguilles et de seringues comporte un risque élevé de transmission du VIH, du VHC et d'autres virus transmissibles par le sang.

Rinçage à l'eau = 1 fois

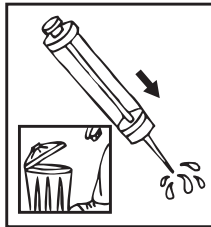
Remplissez la seringue jusqu'au bord avec de l'eau stérilisée (de l'eau savonneuse si c'est possible). Agitez bien. Videz la seringue en faisant passer l'eau dans l'aiguille. Ne réutilisez pas l'eau.



REMP LISSEZ



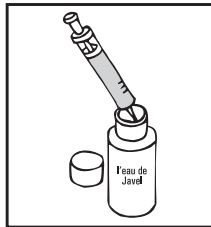
AGITEZ



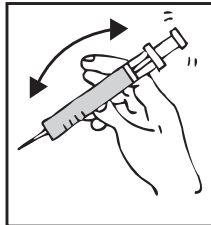
**VIDEZ
JETEZ LA BOUTEILLE D'EAU**

Nettoyage à l'eau de Javel = 2 fois

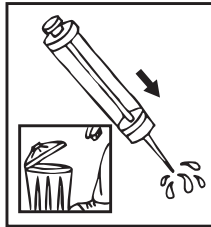
Remplissez la seringue jusqu'au bord avec de l'eau de Javel non diluée. Laissez reposer pendant au moins 30 secondes. Agitez. Videz la seringue en faisant passer l'eau de Javel dans l'aiguille. Recommencez.



REMP LISSEZ



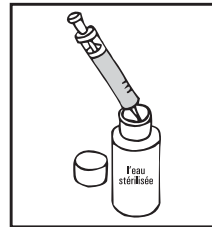
AGITEZ



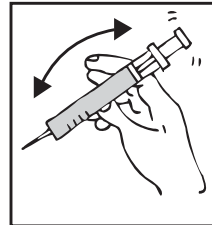
VIDEZ

Rinçage à l'eau = 2 fois

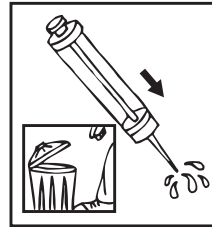
Remplissez la seringue jusqu'au bord avec de l'eau stérilisée. Agitez. Videz la seringue en faisant passer l'eau dans l'aiguille (ne videz pas l'eau dans le contenant). Recommencez.



REMP LISSEZ



AGITEZ



VIDEZ

Nettoyez aussi vos autres instruments, y compris les cuillers, à l'eau de Javel et à l'eau claire. Servez-vous d'un nouveau filtre chaque fois.

Vous pouvez vous procurer de l'eau stérilisée et de l'eau de Javel auprès de n'importe quel centre d'échange de seringues.

Cette publication a été financée par Santé Canada.
Les opinions exprimées dans ce document sont
celles des auteurs et chercheurs et ne reflètent
pas nécessairement les positions officielles de
Santé Canada.

This document is also available in English.

Société canadienne du sida
309, rue Cooper (4e étage)
Ottawa ON K2P 0G5 (Canada)
Tél. : (613) 230-3580 / 1-800-499-1986
Télec. : (613) 563-4998
Courriel : CASinfo@cdnaids.ca
Internet : www.cdnaids.ca

Canadian AIDS Society  *Société canadienne du sida*

(613) 230-3580 FAX (613) 563-4998
Internet: www.cdnaids.ca E-mail/Courriel: CASinfo@cdnaids.ca