



HÉPATITE B

FAITES-VOUS DÉPISTER. FAITES-VOUS VACCINER.





Sommaire

L'hépatite B et votre foie | 1

Faites-vous dépister : vérifiez votre statut
hépatite B | 5

Faites-vous vacciner : protégez-vous et
protégez les autres | 8

Obtenez des soins et un traitement | 8

Vivre avec l'hépatite B | 10

Grossesse, enfants et hépatite B | 14

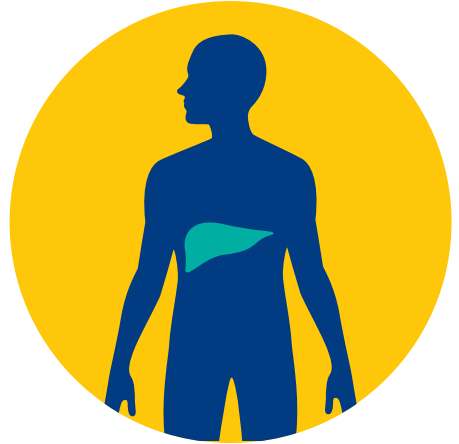
Informations et ressources | 16

L'hépatite B et votre foie

L'hépatite est une inflammation du foie. Votre foie contribue de diverses manières à vous maintenir en bonne santé. Il élimine les toxines de votre corps et transforme en énergie les nutriments que contient votre alimentation.

L'hépatite B peut causer de graves problèmes de santé, notamment une cicatrisation du foie, une insuffisance hépatique, un cancer du foie, voire une mort précoce. Il existe différents types d'hépatites. L'hépatite B est causée par le virus de l'hépatite B qui infecte et attaque le foie.

L'hépatite B peut être évitée grâce à un vaccin sûr et peut être traitée pour ralentir ou interrompre le développement de graves lésions au foie. Les personnes atteintes d'hépatite B peuvent mener une vie longue et en bonne santé.



À New York (NYC), **241 000** personnes vivent avec l'hépatite B.



Aux États-Unis, **2,2 MILLIONS** de personnes vivent avec l'hépatite B.

Comment attrape-t-on l'hépatite B ?

L'hépatite B peut être transmise par le sang et les sécrétions séminales et vaginales. Les façons les plus courantes de transmettre l'hépatite B sont les suivantes :

- Lors de l'accouchement ; une personne enceinte atteinte d'hépatite B peut transmettre la maladie à son nouveau-né.
- Lors de rapports sexuels sans barrière physique, telle qu'un préservatif ou une digue dentaire, avec une personne atteinte d'hépatite B.
- Lors du partage ou de la réutilisation d'aiguilles, de matériel médical ou d'accessoires d'injection, tels que ceux pour l'insuline, les glucomètres, la consommation de drogue, les stéroïdes, les tatouages ou l'acupuncture.
- Lors du partage d'accessoires de toilette personnels, tels qu'un rasoir, une brosse à dents ou tout autre accessoire qui aurait pu entrer en contact avec du sang ou des sécrétions séminales ou vaginales.

Les simples contacts ne présentent aucun danger.

Les personnes atteintes d'hépatite B ne doivent pas être exclues de leur travail, de leur établissement scolaire, d'une activité sportive ou d'une garderie d'enfants.

Vous ne pouvez pas transmettre l'hépatite B :

- en partageant des couverts, un verre, de l'eau ou de la nourriture ;
- en éternuant, en toussant, en embrassant, en serrant dans vos bras ou en serrant la main.



Stades de l'hépatite B

L'hépatite B aiguë est le stade du début de l'infection. La plupart des adultes atteints d'hépatite B parviennent à vaincre l'infection sans traitement sous six mois. Si vous parvenez à vaincre naturellement l'hépatite B au stade aigu, vous développez une immunité, ce qui signifie que vous êtes protégé(e) à vie contre la maladie. Les personnes dont le système immunitaire est faible, comme les nourrissons, les enfants ou les personnes vivant avec le VIH, sont moins susceptibles de vaincre l'hépatite B au stade aigu de l'infection.



L'hépatite B chronique est une infection à vie, qui se développe quand le corps ne parvient pas à se débarrasser du virus sous six mois. La plupart des personnes atteintes d'hépatite B chronique l'ont attrapée lorsqu'elles étaient des nourrissons ou de très jeunes enfants.

Symptômes de l'hépatite B

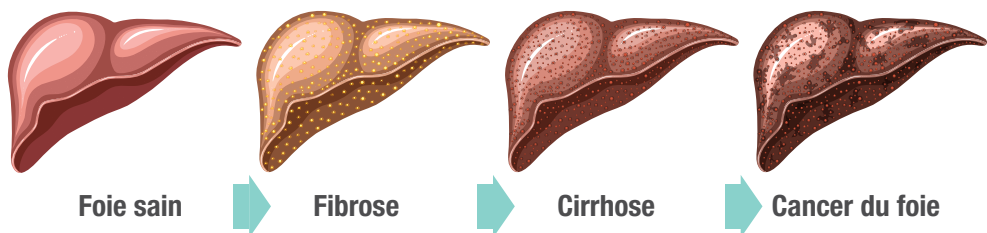
Les signes et symptômes de l'hépatite B aiguë peuvent comprendre de la fièvre, une perte d'appétit, des nausées, des vomissements, des douleurs abdominales, une urine foncée, des selles de couleur grise, des douleurs dans les articulations ou la jaunisse (coloration jaunâtre de la peau ou des yeux). Ces symptômes disparaissent généralement au bout de quelques semaines.

La plupart des personnes qui développent une hépatite B chronique ne présentent pas de symptômes pendant plusieurs décennies. Elles peuvent ne pas être conscientes de leur infection et néanmoins propager le virus. Lorsque les symptômes apparaissent, ils sont souvent le signe d'une maladie avancée du foie, qui n'arrive plus à remplir sa fonction. La seule façon de savoir si vous avez l'hépatite B est de vous faire dépister.



Effets de l'hépatite B chronique sur la santé

Les personnes atteintes d'hépatite B chronique peuvent souffrir de lésions au foie, notamment une cicatrisation et une fibrose (lésions modérées) et une cirrhose (lésion grave). En règle générale, les lésions au foie évoluent lentement, sur 20 à 30 ans. Les personnes atteintes d'une hépatite B chronique risquent de développer un cancer du foie à tous les stades de la maladie et doivent faire l'objet d'un dépistage de ce cancer tous les six mois.



Faites-vous dépister : vérifiez votre statut hépatite B

Demandez à votre prestataire de soins de santé de vous faire passer un test de dépistage de l'hépatite B si vous êtes à risque.

Êtes-vous à risque pour l'hépatite B ?

Si vous répondez « oui » à une ou plusieurs des questions suivantes, faites-vous dépister pour l'hépatite B :

- Votre mère était-elle atteinte d'hépatite B à votre naissance ?
- Vous ou vos parents êtes-vous nés dans un pays comptant un grand nombre de cas d'hépatite B ? (Voir la liste à la page suivante.)
- Un de vos partenaires sexuels est-il atteint d'hépatite B ?
- Êtes-vous un homme qui a des rapports sexuels avec des hommes ?
- Vivez-vous avec une personne atteinte d'hépatite B ?
- Vivez-vous avec le VIH ?
- Vous êtes-vous déjà injecté(e) des drogues ou avez-vous partagé des accessoires de consommation de drogue (tels que des aiguilles, des réchauds, des cotons, des pailles ou de l'eau de rinçage) ?



Lieux où l'hépatite B est répandue.

L'hépatite B est très répandue dans les pays* indiqués ci-dessous. **Si vous êtes né(e) dans un pays figurant sur cette liste**, vous devez vous faire dépister pour l'hépatite B.**

AFRIQUE

Tous les pays sauf les Seychelles

AMÉRIQUE

Belize, Équateur, El Salvador, Guatemala, Guyane française, Haïti, Honduras, Jamaïque, Pérou, Porto Rico, République dominicaine, Suriname, certaines régions du Brésil, sud de la Colombie, nord de la Bolivie et populations autochtones d'Amérique du Nord

MÉDITERRANÉE ORIENTALE ET ASIE DU SUD-EST

Arabie saoudite, Bangladesh, Bhoutan, Djibouti, Émirats arabes unis, Inde, Koweït, Libye, Myanmar, Oman, Pakistan, Palestine (bande de Gaza), Somalie, Soudan, Sri Lanka, Syrie, Thaïlande, Tunisie et Yémen

EUROPE

Albanie, Azerbaïdjan, Belarus, Bulgarie, Chypre, Croatie, Géorgie, Italie, Kazakhstan, Kosovo, Kirghizstan, Moldavie, Ouzbékistan, Roumanie, Russie, Serbie, Tadjikistan et Turquie

PACIFIQUE OCCIDENTAL

Brunei Darussalam, Cambodge, Chine, Corée du Sud, Fidji, Kiribati, Laos, îles Marshall, Micronésie, Mongolie, Nauru, Nouvelle-Zélande, Niue, Palau, Papouasie-Nouvelle-Guinée, Philippines, Samoa, Singapour, Îles Salomon, Tahiti, Tonga, Tuvalu, Vanuatu et Viêt Nam

* Pays où la prévalence (nombre de personnes nouvellement diagnostiquées et atteintes d'hépatite B) de l'hépatite B chronique est supérieure à 2 %.

** Régions de l'Organisation mondiale de la Santé

Comprendre les résultats de votre test de dépistage de l'hépatite B

Votre prestataire de soins de santé peut réaliser certains tests afin de confirmer que vous avez l'hépatite B.

		Tests			Signification des résultats	Étapes suivantes
		Antigène de surface de l'hépatite B (Ag HBs)	Anticorps de surface de l'hépatite B (anti-HBs)	Anticorps de noyau de l'hépatite B (anti-HBc)		
Résultats	-	-	-	Aucune infection ou immunité à l'hépatite B. À risque pour l'hépatite B.	Faites-vous vacciner.	
	-	+	+	Immunité développée après avoir vaincu l'infection par l'hépatite B. Assurez-vous que votre prestataire de soins de santé sait que vous avez déjà eu l'hépatite B.	Aucun vaccin n'est nécessaire.	
	-	+	-	Immunité développée suite à la vaccination contre l'hépatite B.	Aucun vaccin n'est nécessaire.	
	+	-	+	Actuellement atteint(e) d'hépatite B.	Consultez un prestataire de soins de santé spécialiste de l'hépatite B. Des tests supplémentaires sont nécessaires.	
	-	-	+	Résultats non concluants : possibilité d'infection actuelle ou ancienne.	Consultez un prestataire de soins de santé spécialiste de l'hépatite B. Des tests supplémentaires sont nécessaires.	

- signifie un résultat de test négatif.
- + signifie un résultat de test positif.

Faites-vous vacciner : protégez-vous et protégez les autres

Si vous n'avez pas l'hépatite B et n'êtes pas immunisé(e), faites-vous vacciner pour prévenir la maladie. Le vaccin contre l'hépatite B se présente sous la forme de deux ou trois doses. Il est sûr et efficace.

Vous êtes immunisé(e) contre l'hépatite B dans les cas suivants :

- Vous avez été exposé(e) à l'hépatite B, mais votre corps s'est débarrassé du virus. Vous ne pouvez le savoir qu'en vous faisant dépister pour l'hépatite B.
- Vous avez été vacciné(e) et le vaccin a été efficace. Demandez à votre prestataire de soins de santé de vérifier si le vaccin a bien fonctionné pour vous.

Obtenez des soins et un traitement

Il est important de consulter un prestataire de soins de santé ayant de l'expérience avec l'hépatite B. Votre prestataire de soins de santé peut réaliser les tests supplémentaires suivants afin de déterminer les effets de l'hépatite B sur votre santé :

- **Tests de quantification de l'ADN de l'hépatite B** pour déterminer la quantité de virus de l'hépatite B dans le sang
- **Tests de la fonction hépatique** pour mesurer le degré d'inflammation du foie
- **Échographie ou Fibroscan du foie** pour étudier les lésions du foie, donnant une image de la forme, de la taille ou de la rigidité du foie
- **Dépistage du cancer du foie** à l'aide d'analyses de sang et d'échographies



Il est recommandé aux adultes atteints d'hépatite B de passer un dépistage du cancer du foie tous les six mois.



Même si vous vous sentez en bonne santé, il est possible que l'hépatite B vous cause des lésions au foie. Consultez un prestataire de soins de santé spécialiste de l'hépatite B pour contrôler la santé de votre foie et votre statut hépatite B.

Consultez votre prestataire de soins de santé au sujet du traitement contre l'hépatite B.

Les médicaments antiviraux contre l'hépatite B peuvent ralentir ou interrompre le développement de lésions causées au foie par le virus.

Si vous suivez un traitement contre l'hépatite B, prenez vos médicaments tels qu'ils vous ont été prescrits afin de prévenir les lésions causées au foie par le virus.

N'arrêtez pas de prendre vos médicaments sans en parler à votre prestataire de soins de santé.

Posez à votre prestataire de soins de santé ces questions importantes sur les étapes suivantes et la manière de vivre avec l'hépatite B :

- Quelle est ma charge virale d'ADN d'hépatite B ?
- Quelle est la gravité des lésions au foie dont je souffre ?
- Ai-je besoin d'un traitement antiviral contre l'hépatite B ?
- Dois-je être vacciné(e) contre l'hépatite A pour protéger la santé de mon foie ?
- Que dois-je faire pour protéger mon foie au quotidien ?
Que dois-je éviter ?
- Puis-je prendre mes autres médicaments, y compris des médicaments en vente libre, de l'acétaminophène (Tylenol), des médicaments à base de plantes, des vitamines et des suppléments sans danger pour ma santé ?
- Comment puis-je protéger de l'hépatite B les personnes avec lesquelles je vis ou avec lesquelles j'ai des rapports sexuels ?
Quand devraient-elles être dépistées et vaccinées ?

Vivre avec l'hépatite B

Les personnes atteintes d'hépatite B peuvent mener une vie longue et en bonne santé. Voici quelques manières de protéger votre santé.

Évitez la consommation d'alcool.

L'alcool endommage le foie. Il est plus sûr pour votre santé de ne pas boire du tout d'alcool. Réduire la consommation aide aussi. Pour obtenir de l'aide afin de réduire votre consommation d'alcool, consultez votre prestataire de soins de santé ou lisez la rubrique Informations et ressources afin de trouver d'autres services de soutien, comme NYC Well.

Consultez votre prestataire de soins de santé avant de prendre des remèdes naturels ou des médicaments en vente libre.

Consultez votre prestataire de soins de santé avant de prendre des médicaments en vente libre, des médicaments à base de plantes, des vitamines ou des suppléments, car ceux-ci peuvent être dangereux pour votre foie. Ces produits comprennent l'acétaminophène, le fer, les plantes ou d'autres suppléments et vitamines naturels. Signalez à votre prestataire de soins de santé que vous avez l'hépatite B, afin qu'il puisse vous aider à éviter les médicaments pouvant endommager votre foie ou aggraver votre hépatite B.

Prévenez la stéatose hépatique et prenez en charge les maladies chroniques.

La stéatose hépatique, une accumulation de graisse excessive dans le foie, peut entraîner des lésions au foie. Une consommation excessive d'alcool, le diabète ou l'obésité peuvent causer une stéatose hépatique, ce qui peut aggraver l'hépatite B. Demandez à votre prestataire de soins de santé comment prévenir la stéatose hépatique et prendre en charge les maladies chroniques.

Faites-vous vacciner contre l'hépatite A.

L'hépatite A est un autre virus qui peut endommager votre foie. Les personnes vivant avec l'hépatite B peuvent souffrir d'une maladie plus rapide et plus grave, voire mortelle, si elles sont infectées par l'hépatite A.

Réduisez les risques et protégez vos rapports sexuels.

Afin de prévenir l'exposition au sang, ne partagez pas ou ne réutilisez pas le matériel médical ou les accessoires pour la consommation de drogue, et utilisez des barrières physiques pendant les rapports sexuels.

Obtenir de l'aide

Partagez vos sentiments sur le diagnostic de l'hépatite B avec votre prestataire de soins de santé et des personnes de confiance.

Vivre avec l'hépatite B n'est pas toujours facile, mais en parler à votre prestataire de soins de santé et à des personnes de confiance peut vous aider à gérer vos sentiments et vous permettre d'obtenir l'aide nécessaire. Afin d'obtenir de l'aide pour vivre avec l'hépatite B, appelez l'American Liver Foundation au 800 465 4837. Pour obtenir davantage d'informations, consultez la rubrique Informations et ressources.

Pour rencontrer et faire connaissance d'autres personnes vivant avec l'hépatite B, consultez le site hepb.org/research-and-programs/patient-story-telling-project.



Protéger les autres de l'hépatite B

Comme vous pouvez transmettre l'hépatite B à d'autres personnes, vous devez encourager les membres de votre foyer, les personnes avec lesquelles vous avez des rapports sexuels et celles avec lesquelles vous partagez des aiguilles, du matériel médical ou des accessoires d'injection à se faire dépister et vacciner contre l'hépatite B.

- Ne partagez pas ou ne réutilisez pas le matériel médical. Veillez à ce que le matériel utilisé pour un tatouage, l'acupuncture ou une injection (par exemple, les aiguilles pour l'insuline, les stéroïdes, etc.) soit toujours neuf ou stérilisé.
- Ne partagez pas ou ne réutilisez pas les accessoires pour la consommation de drogue. Utilisez exclusivement du matériel neuf ou stérilisé (aiguilles, seringues, coton, coupelles, garrots, rasoirs, cutters, eau de rinçage, réchauds, pailles ou pipes).
- Utilisez des barrières physiques, telles qu'un préservatif ou une digue dentaire, pendant les rapports sexuels jusqu'à ce que votre partenaire soit complètement vacciné et immunisé contre l'hépatite B.
- Ne partagez pas des effets de toilette personnels, tels qu'une aiguille, un rasoir, une brosse à dents ou tout autre accessoire qui aurait pu entrer en contact avec du sang ou des sécrétions séminales ou vaginales.
- Recouvrez d'un bandage les coupures et les plaies ouvertes et veillez à ce que d'autres personnes ne touchent pas votre sang.
- Lavez-vous bien les mains après avoir touché votre sang ou vos sécrétions corporelles, telles que les sécrétions séminales ou vaginales.
- Nettoyez avec une solution d'eau de Javel (un volume d'eau de Javel pour neuf volumes d'eau) les souillures de sang.

Si vous ou quelqu'un que vous connaissez avez été récemment exposés à l'hépatite B, suivez une prophylaxie post-exposition contre l'hépatite B.

Appelez immédiatement votre prestataire de soins de santé et renseignez-vous sur l'immunoglobuline de l'hépatite B, un médicament qui peut contribuer à empêcher le virus de se propager dans votre corps. Pour être efficace, il faut l'administrer sous sept jours à compter de l'exposition.



Grossesse, enfants et hépatite B

Grossesse et hépatite B

Toutes les femmes enceintes doivent se faire dépister pour l'hépatite B à chaque grossesse. Si vous êtes enceinte et que vous vivez avec l'hépatite B, demandez à votre prestataire de soins de santé comment éviter de transmettre la maladie à votre enfant pendant l'accouchement.

Pour éviter l'hépatite B, votre nouveau-né doit recevoir une dose de vaccin contre l'hépatite B (la dose de naissance) et une dose d'immunoglobuline de l'hépatite B immédiatement après la naissance et au plus tard 12 heures après l'accouchement. Veillez à le prévoir dans votre plan d'accouchement.

Votre nouveau-né devra recevoir la série complète de vaccins contre l'hépatite B au cours des neuf premiers mois de sa vie. Il devra se faire dépister pour l'hépatite B après avoir reçu la série complète de vaccins afin de s'assurer qu'il a développé une immunité. Le dépistage doit être réalisé au plus tôt à l'âge de neuf mois.

Demandez à votre prestataire de soins de santé de contrôler régulièrement votre statut hépatite B et la santé de votre foie pendant la grossesse et après l'accouchement.



Si vous avez besoin d'aide ou de soutien en matière d'allaitement ou de nutrition, adressez-vous à votre prestataire de soins de santé ou à celui de votre nouveau-né. Vous pouvez également consulter le site wicstrong.com ou appeler la permanence téléphonique Growing Up Healthy au 800 522 5006.

L'hépatite B ne se transmet pas par le lait maternel, sauf s'il contient des traces de sang. Ne partagez pas des aliments que vous avez eus dans la bouche. Ne prémastiquez pas les aliments pour votre bébé.



Si vous avez des questions à propos de la prise de médicaments antiviraux contre l'hépatite B pendant la grossesse ou l'allaitement, parlez-en à votre prestataire de soins de santé. N'arrêtez pas de prendre vos médicaments sans en parler à votre prestataire de soins de santé.

Enfants et hépatite B

La vaccination est la meilleure façon de prévenir l'hépatite B. Tous les enfants doivent recevoir la série complète de vaccins contre l'hépatite B et se faire dépister pour s'assurer qu'ils ont développé une immunité. Si votre enfant est atteint d'hépatite B, il est important de consulter un prestataire de soins de santé ayant de l'expérience avec l'hépatite B.

Si votre enfant a l'hépatite B, vous n'avez pas l'obligation d'en informer ses enseignants, la garderie, d'autres enfants ou leurs parents. Tout le monde doit prendre des précautions générales pour prévenir la propagation des maladies infectieuses.

Informations et ressources

Plus d'informations sur l'hépatite B

Département de la santé et de l'hygiène mentale de NYC (NYC Department of Health and Mental Hygiene)

Appelez le **311** et indiquez « Hepatitis B » (hépatite B) ou consultez le site **nyc.gov/health/hepb**.

Hepatitis B Foundation

Appelez le 215 489 4900 ou consultez le site hepb.org.
L'information est disponible dans plusieurs langues.

American Liver Foundation

Appelez le 800 465 4837 ou consultez le site liverfoundation.org.

Centres de contrôle et de prévention des maladies (Centers for Disease Control and Prevention)

Consultez le site cdc.gov/knowhepatitisb. L'information est disponible dans plusieurs langues.

**Trouver des soins abordables pour
l'hépatite B près de chez vous
Département de la santé de New York
(NYC Health Department)**

Consultez le site **nyc.gov/health/hepb**.

**Trouver des soins médicaux abordables
pour l'hépatite B dans les hôpitaux
publics de New York**

Consultez le site **nyc.gov/health/map**.

NYC Well

NYC Well est une ligne d'assistance téléphonique gratuite et confidentielle de soutien en matière de santé mentale et de toxicomanie. Elle est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, dans plus de 200 langues.

- Appelez le 888 692 9355.
- Envoyez « WELL » par SMS au 65173.
- Consultez le site nyc.gov/nycwell.

Trouver une assurance maladie

Pour parler gratuitement avec un conseiller sur la façon de souscrire à une assurance maladie gratuite ou abordable, rendez-vous sur le site nyc.gov/health et recherchez « get covered » (obtenir une assurance), envoyez « CoveredNYC » par SMS au 877 877 ou appelez le **311**.

Trouver d'autres prestations et programmes

Pour trouver d'autres services, consultez le site access.nyc.gov. L'information est disponible dans plusieurs langues.

Coalition communautaire de l'hépatite B

Pour en savoir plus sur la coalition communautaire du Département de la santé de NYC (NYC Health Department), consultez le site hepfree.nyc.



