

une série de fiches de renseignements rédigées par des experts en matière de maladies du foie

Le résultat de votre test est

Positif

Qu'arrive-t-il maintenant?

Heather Lusk

L'HÉPATITE C, UNE MALADIE QUI EST TRÈS STIGMATISÉE.

Recevoir un résultat de test positif révélant la présence d'anticorps contre le virus de l'hépatite C (anti-VHC) peut être effrayant, mais maintenant, vous avez des renseignements qui peuvent vous permettre d'améliorer votre santé et votre bien-être. La présente fiche de renseignements explique ce qu'avoir un résultat positif signifie et ce que vous devez faire à ce sujet. Il ne faut pas paniquer. Ce que vous savez désormais vous aidera à prendre de saines décisions pour vous et votre foie. L'information est la clé pour mieux vivre avec l'hépatite C.

Un résultat positif à la présence d'anticorps ne veut pas nécessairement dire que vous êtes atteint de l'hépatite C

Lorsque votre résultat révèle la présence d'anti-VHC, ceci signifie que vous avez été infecté par le virus de l'hépatite C (VHC). Le test ne vous indique pas si vous avez présentement le VHC. Le virus est encore présent six mois après l'infection dans environ 75 % à 85 % des résultats positifs à la présence d'anti-VHC. Ce qui signifie que 15 % à 25 % des gens (environ 1 sur 5) ont l'anticorps mais pas le virus. Le système immunitaire de ces personnes a été capable d'éliminer le VHC. Si le résultat de votre test pour l'anti-VHC est positif, vous devriez demander un test de confirmation pour savoir si le VHC est toujours présent. Ce test permet de mesurer le matériel génétique du VHC dans le sang. Si votre corps a éliminé le virus, le résultat du test indiquera que le virus est indétectable. Si le résultat du test indique que le virus est détectable, vous êtes alors atteint de l'hépatite C chronique (à long terme).

Si vous ne savez pas si vous êtes toujours infecté par le VHC, faites comme si vous l'étiez

Si vous savez que vous avez des anticorps contre le VHC, mais que vous n'avez été en mesure d'obtenir un test de confirmation supplémentaire, vous n'êtes pas le seul. Le test de confirmation est dispendieux et il est difficile de l'obtenir sans assurances. Puisque la plupart de gens ayant l'anti-VHC ont effectivement le VHC, la meilleure chose à faire pendant que vous attendez ce test est de vivre comme si vous aviez l'hépatite C, en prenant soin de vous et en protégeant votre santé et votre foie.

Si vous avez l'hépatite C, vous avez le temps

Une fois que le test aura confirmé que vous avez l'hépatite C, plusieurs choses vont probablement vous traverser l'esprit. L'hépatite C est une maladie qui progresse lentement. Vous aurez alors probablement beaucoup de temps pour prendre des décisions au sujet de votre santé. Prenez le temps de vous renseigner au sujet de l'hépatite C et prenez les bonnes décisions pour vous-même. Ne prenez aucune décision sur un coup de tête. En fait, vous ne devriez prendre aucune décision importante pour l'instant - vous êtes peut-être encore sous le choc. Il y aura peut-être des jours où vous vous sentirez suffisamment équilibré pour faire un pas vers une vie plus saine, mais il y aura aussi des jours où vous ne voudrez pas même penser à votre hépatite - il s'agit d'une réaction normale. Prenez le temps de penser à ce qui est important pour vous présentement et sachez que vous aurez le temps de prendre toutes les décisions nécessaires.

Votre corps, votre foie et l'hépatite C

Vote foie est le plus gros organe interne de votre corps et il remplit plus de 500 fonctions importantes. Presque tout ce que nous mangeons, buvons, fumons, avalons ou absorbons passe par le foie. Comme l'hépatite C cible le foie et peut l'endommager, pensez à ce que vous mettez dans votre corps pour minimiser les dommages à votre foie. L'alcool est la substance la plus dommageable pour votre foie, il est donc important de réduire votre consommation d'alcool autant que vous le pouvez. Manger des aliments sains, faibles en gras et en sel, et boire beaucoup d'eau aidera votre foie à mieux fonctionner.

Divulgateur : comment dire aux autres que vous avez l'hépatite C

Vous vous demandez peut-être comment informer les personnes que vous connaissez de votre condition. D'abord, vous n'avez pas à le dire à qui que ce soit tant que vous n'êtes pas prêt à le faire. Si le résultat de votre test est positif pour l'anti-VHC seulement, vous devez prendre la décision de le révéler maintenant ou après le test de confirmation. Il existe deux raisons principales pour le dire aux autres : pour avoir leur appui et parce que vous pensez qu'ils devraient être testés pour l'hépatite C. Pensez à qui vous voulez le dire, pourquoi vous voulez leur dire, comment vous allez leur dire, ainsi que quand et où vous allez leur dire. Assurez-vous que vous aurez un appui en le révélant d'abord à quelqu'un en qui vous avez pleinement confiance.

Comment prévenir la transmission aux autres

Bien qu'il soit important de prendre soin de vous-même, peut-être désirez-vous également savoir comment éviter de transmettre le VHC à quelqu'un d'autre. Le VHC se transmet par contact sanguin direct, quelqu'un doit être directement exposé à votre sang qui pénétrera leur corps, soit en utilisant une seringue, un rasoir, un coupe-ongles, une brosse à dents ou tout objet contaminé par votre sang. Même lorsque le sang est présent, il faut qu'il y ait une voie d'entrée pour que le sang pénètre dans le corps de l'autre personne. Il est également possible que le VHC soit transmis lors de relations sexuelles ou qu'une mère le transmette à son enfant pendant la grossesse ou lors de l'accouchement, mais les cas sont assez rares. Vous ne pouvez pas transmettre le VHC en embrassant, en partageant les mêmes ustensiles ou le même verre ou en partageant les mêmes toilettes.

Étapes suivantes : soins médicaux pour traiter l'hépatite C

Outre le test confirmant que vous êtes anti-VHC positif, il est important d'obtenir d'autres tests et vaccins lorsque vous savez que vous avez le VHC. Vous devez vous faire vacciner contre l'hépatite A et l'hépatite B si vous avez l'hépatite C pour éviter de contracter un autre type d'hépatite, ce qui risquerait d'être très dur pour votre foie. Votre médecin effectuera plusieurs tests pour voir comment votre

foie se comporte. Il peut aussi faire une biopsie (prélèvement d'un échantillon des tissus du foie) pour déceler tout dommage à votre foie. Vous pouvez aussi découvrir le type de VHC dont vous êtes atteint (le génotype) et connaître le pourcentage de VHC qui se trouve dans votre sang (la charge virale). Tous ces tests vous fourniront, à vous et à votre médecin, les renseignements nécessaires pour vous permettre de prendre les meilleures décisions quant à votre traitement.

Le choix du traitement

Certains traitements peuvent éradiquer le VHC, mais ils ne conviennent pas à tout le monde et certaines personnes n'ont pas besoin de traitement. Des gens répondent mieux à certains traitements que d'autres. L'efficacité des traitements dépend de plusieurs facteurs : le génotype du VHC dont vous êtes atteint, depuis combien de temps vous êtes infecté, l'étendue des dommages que votre foie a subis, etc. De plus, les traitements du VHC sont dispendieux et peuvent causer des effets secondaires. L'administration du PEG-interféron (en injection) et de la ribavirine (en comprimé) représente le traitement le plus couramment utilisé, sa durée est habituellement de 6 à 12 mois. Parlez avec votre médecin ou avec des gens qui ont reçu ce traitement pour vous aider à prendre une décision.

Le soutien

Si vous avez l'hépatite, sachez que vous n'êtes pas seul. Aux États-Unis, plus de quatre millions de personnes sont atteintes de l'hépatite C. De nombreuses personnes trouvent de l'aide en se joignant à un groupe de soutien ou en participant à des forums sur Internet avec des gens qui souffrent comme eux de l'hépatite C. Parlez-en avec vos proches et demandez leur soutien. Pour plus de renseignements sur les groupes de soutien dans votre région, consultez notre site www.hcvadvocate.org.

Visitez notre site Web www.hcvadvocate.org pour en savoir davantage sur l'hépatite C

• Fiche de renseignements hcsp •

Une publication du groupe Hepatitis C Support Project

Directeur administratif
Rédacteur en chef, Publications HCSP
Alan Franciscus

Éditeur du volet médical
Diana L. Sylvestre, MD

Conception
Paula Fener

Production
C.D. Mazoff, PhD

Pour obtenir des renseignements :
Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037

alanfranciscus@hcvadvocate.org

Les renseignements contenus dans cette fiche ont été conçus avec l'intention de vous aider à comprendre et à contrôler l'hépatite C, ils ne remplacent pas les conseils médicaux. Toute personne atteinte par l'hépatite C devrait consulter un médecin pour obtenir un diagnostic et se faire traiter pour l'hépatite C.

Ces renseignements ont été fournis par l'Hepatitis C Support Project • un organisme à but non lucratif visant l'éducation, l'assistance et la défense des droits • © 2004 Hepatitis C Support Project • L'Hepatitis C Support permet et encourage la réimpression du présent document, à condition de citer la source.