

L'HÉPATITE VIRALE

Découvrez l'essentiel sur cette épidémie silencieuse...



UNE OU DES HÉPATITES ?

Due - comme son nom l'indique - à un virus, l'hépatite virale est une inflammation du foie dont les cellules détruites ne peuvent plus assumer pleinement leurs fonctions.

Elle peut être causée par différents virus, principalement A, B, C, D et E. On parle donc d'hépatite A, d'hépatite B, C... qui diffèrent les unes des autres en termes de durée d'incubation, de mode de transmission, de niveau de gravité et d'évolution. La prévention et les traitements ne sont pas non plus les mêmes et s'il existe des vaccins qui protègent des hépatites A et B, il n'y a encore pas, à ce jour, de vaccin contre l'hépatite C.

L'hépatite est une infection aigüe qui, de façon générale, guérit spontanément. Le virus est alors détruit. Elle est dite chronique quand elle persiste au-delà de 6 mois après le début de la maladie. Seuls les virus B, C et D peuvent provoquer une hépatite chronique. Ces formes chroniques s'accompagnent alors souvent de lésions du foie, pouvant parfois mener à une cirrhose et un cancer hépatique (chez environ 15 à 25% des porteurs chroniques).

Dans notre pays, environ 500 000 adultes sont atteints d'une hépatite B ou C chronique qui provoque quelques 11 décès par jour, soit 4 000 personnes par an.



DES SYMPTÔMES... PAS TOUJOURS PRÉSENTS

Dans l'hépatite A, il n'y a aucune manifestation apparente dans 50% des cas et dans l'hépatite B, ce taux passe à 60%. Elle est alors non douloureuse, avec quelques troubles peu gênants et attribués souvent à d'autres causes (stress, fatigue générale...). Ainsi, quel que soit le virus en cause, l'hépatite peut passer inaperçue. Le risque est donc que les personnes infectées contaminent leur entourage sans le savoir.

Quand la maladie se déclare, elle débute généralement par de la fièvre, une fatigue intense, des migraines, des courbatures plus ou moins accompagnées de douleurs abdominales. Quelques jours plus tard apparaissent un manque d'appétit, des nausées et surtout un ictère (jaunisse) marqué par la coloration jaune de la peau et du blanc de l'œil. Les urines deviennent très foncées et les selles anormalement claires. On note aussi parfois quelques démangeaisons.

Après la guérison, le foie est de nouveau entièrement fonctionnel et aucun régime particulier n'est nécessaire.

Les complications sont principalement liées au risque que l'hépatite devienne chronique et conduise, dans le temps, à l'apparition d'une cirrhose et d'un cancer du foie. Dans de très rares cas, l'hépatite peut d'emblée prendre une forme grave, appelée hépatite fulminante. Elle provoque en quelques jours une destruction massive du foie. Si possible une greffe hépatique est réalisée mais le pronostic reste sévère.

COMMENT ATTRAPE-T-ON UNE HÉPATITE VIRALE ?

Le mode de contamination diffère selon les virus.

- L'hépatite A est la plus anodine : elle est bénigne dans 99% des cas.

LE CHIFFRE

600 000
DÉCÈS/AN
dans le monde
liés à
l'hépatite B

44%
des hépatites
sont liées
à un séjour
hors de France
métropolitaine

BON A SAVOIR

Toutes les hépatites ne sont pas d'origine virale. Ces inflammations peuvent également être provoquées par une consommation excessive d'alcool, par certains médicaments, par un trouble du système de défense de l'organisme...

Il n'existe pas de forme chronique et l'hépatite A grave reste exceptionnelle.

La contamination se fait par **voie digestive**, c'est à dire par la consommation d'aliments et d'eau souillés par les selles et/ou les urines de personnes contaminées. La période d'incubation varie de 2 à 6 semaines.

Elle se rencontre aujourd'hui essentiellement dans les pays en voie de développement. Les voyageurs qui se rendent dans ces régions peuvent donc la contracter.

• **Le virus B**, responsable de l'hépatite B, se transmet par **voie sanguine** ou par **voie sexuelle**. La femme peut également durant la grossesse transmettre le virus à l'enfant (par le placenta). La période d'incubation est de 45 à 90 jours.

L'hépatite B guérit spontanément 9 fois sur 10. Mais cela veut donc dire que dans 10% des cas, le virus persiste dans le sang pendant des mois, des années, voire toute la vie. En France, environ **300 000 personnes ont une hépatite B chronique**, dont 10% seraient co-infectées par le virus du sida (VIH), et on détecte à peu près 2 500 nouveaux cas par an.

• L'hépatite C, se transmet essentiellement par **voie sanguine**. L'incubation dure de 1 à 3 mois. Après la phase aiguë, la guérison est complète dans seulement 1/3 des cas. Le virus reste dans l'organisme et l'hépatite devient donc chronique dans les 2/3 des cas. Dans l'hexagone, on compte un peu plus de 230 000 personnes porteuses d'une hépatite C chronique avec entre 3 000 et 4 500 nouvelles contaminations par an.

• **Le virus D** ressemble quant à lui au virus C et ne se développe que chez les personnes qui ont - ou ont eu - une hépatite B. Fréquente en Afrique et en Amazonie, l'hépatite D se transmet par **voie sanguine ou sexuelle** et atteint principalement

les toxicomanes. Dans 80 % des cas elle devient chronique et évolue rapidement vers une cirrhose.

• **Enfin le virus E**, peu fréquent en Europe, ressemble plutôt au virus A et se transmet comme lui par la **voie digestive**.

Plus rarement, d'autres virus peuvent toucher le foie, tels que le virus de la fièvre jaune, de l'herpès ou le cytomégalo virus...

L'INDISPENSABLE EXAMEN DE SANG...

Le diagnostic est confirmé par les résultats de la prise de sang qui montrent d'une part l'inflammation du foie avec une augmentation très importante de certaines enzymes hépatiques, appelées transaminases, et d'autre part la présence soit du virus dans le sang, soit d'anticorps produits par l'organisme contre le virus (test sérologique).

La ponction-biopsie du foie est réservée aux formes grave ou chronique sévère.

SE REPOSER !

Si un suivi médical reste indispensable, il n'y a pas de médicament spécifique. On peut seulement soigner les symptômes et le traitement, dans les formes anodines, consiste essentiellement à **se reposer**. Il n'y a pas de mesures diététiques particulières **mais il ne faut pas du tout boire d'alcool**.

Il faut également être vigilant avec certains médicaments qui peuvent être toxiques pour le foie (comme le paracétamol par exemple) et ne pas hésiter à demander conseil au médecin ou au pharmacien.

Dans les formes chroniques, il existe maintenant des médicaments qui empêchent la multiplication du virus et renforcent les défenses de l'organisme. Ce sont des **antiviraux**, tels que l'interféron et la ribavirine qui sont prescrits en bithérapie et pour l'hépatite chronique C en trithérapie avec des antiprotéases.

Dans les formes compliquées ou évoluées, lorsque les fonctions

hépatiques sont détériorées, la greffe du foie est parfois envisagée. L'hépatite C est ainsi, dans notre pays, à l'origine d'environ 150 transplantations hépatiques par an.

ET LES VACCINS ?

Le vaccin contre l'hépatite A est recommandé :

- aux personnes exposées à l'infection (personnels exerçant dans les établissements de soins et de prévention),
- aux personnes « à risque », c'est-à-dire atteintes de mucoviscidose ou d'une maladie chronique du foie, les enfants vivant en collectivité, l'entourage de personnes malades...
- et aux voyageurs se rendant dans les zones à risque (Afrique, Asie, Amérique du Sud).

La vaccination comprend une injection suivie d'un rappel 6 à 12 mois plus tard.

Le vaccin contre l'hépatite B est recommandé :

- chez **tous les nourrissons et enfants**,
 - aux personnes exposées à l'infection et donc aux personnels exerçant dans les établissements de soins et de prévention,
 - et aux adultes « à risque » incluant dans ce cas, les personnes ayant de multiples partenaires sexuels et tous les toxicomanes prenant des drogues par voie intraveineuse.
- Il n'existe pas encore de vaccin contre les autres hépatites virales.



30% LE CHIFFRE

150 MILLIONS de personnes porteuses chroniques du virus C dans le monde, avec chaque année, 3 à 4 millions de personnes nouvellement infectées

250 000 personnes ignorent qu'elles sont infectées par les virus B ou C de l'hépatite (en France)

SAVOIR SE PROTÉGER

Contre l'hépatite A (et E) :
se laver les mains fréquemment, ne boire que de l'eau potable ou embouteillée, bien éplucher les fruits et crudités, cuire les autres légumes, vérifier la fraîcheur des fruits de mer consommés.

Contre les hépatites B, C et D :
appliquer les règles habituelles pour éviter la transmission de maladie sexuellement transmissible : usage du préservatif, emploi systématique de seringues / aiguilles à usage unique et veiller à l'hygiène et l'asepsie des instruments nécessaires au piercing, tatouages...