

LE MÉDECIN VOUS INFORME

# L'hépatite A

L'hépatite est une affection inflammatoire du foie, pouvant être provoquée par différents virus auxquels on a attribué les lettres de A à G pour les distinguer. L'hépatite A est la plus contagieuse et la plus fréquente mais aussi la moins grave. Quant à l'hépatite B, elle ne représente plus vraiment un problème de santé publique majeur en Belgique car elle fait l'objet d'une vaccination massive dès le plus jeune âge.



© Dan/Cortier/Beipress

L'hépatite A se transmet par de la nourriture contaminée ou, de manière indirecte, par des objets ou des mains contaminées.

On trouve le virus provoquant l'hépatite A dans les excréments. L'eau, la nourriture, les objets peuvent être contaminés directement (par exemple par la fumure) ou, comme dans la plupart des cas, indirectement (par exemple par les mains). Le virus peut alors s'introduire dans le corps par voie orale (la bouche). Il se transmet aussi, dans quelques situations rares, par le sang.

contracté la maladie. Une simple analyse de sang peut l'indiquer. Les régions à risque sont l'Afrique, l'Amérique du Sud, l'Asie et l'Europe de l'Est, lorsque l'hygiène et les équipements sanitaires laissent à désirer. Mais même dans les hôtels luxueux, on n'est pas à l'abri du virus. Chaque année, 600.000 Belges partent pour des régions où ils peuvent contracter l'hépatite A.

la région supérieure de l'abdomen), de la fatigue, des nausées, des vomissements, et parfois de la diarrhée et des maux de tête. Après quelques jours, le blanc de l'œil et la peau deviennent jaunes. L'urine prend une teinte brunâtre et les selles la couleur claire du mastic. Il n'y a pas de traitement efficace contre l'hépatite A. Elle guérit presque toujours sans laisser de séquelles. Les symptômes sont généralement

## Vaccination

Si vous avez déjà contracté l'hépatite A, vous en êtes protégé jusqu'à la fin de votre vie. Si ce n'est pas le cas et si vous vous rendez dans une région à risque, faites-vous vacciner. Faites de même, après consultation du médecin du travail, si vous travaillez dans un milieu d'accueil de la petite enfance ou dans l'industrie alimentaire.

Il y a deux types de vaccinations. L'injection d'anticorps fabriqués par des personnes qui ont eu la maladie assure 95 % de protection, pendant 1 à 3 mois. L'autre option consiste en deux injections, qui permettront de fabriquer vous-même des anticorps en réaction à un virus inactivé. La protection est quasi totale et de longue durée. Mais l'assurance soins de santé obligatoire n'intervient pas dans les frais de cette vaccination.

Par contre, la Mutualité chrétienne, via votre assurance complémentaire, rembourse une partie (1).

La vaccination contre l'hépatite A n'empêche pas la contamination par d'autres virus, bactéries ou parasites. Une bonne hygiène reste donc importante (2). Dans les pays à risque, il est conseillé de toujours faire bouillir l'eau, de cuire la nourriture et de peler les fruits. Même pendant les vacances, n'oublions pas la règle d'or : « *Mieux vaut prévenir que guérir* » !

Dr Michael Callens

(1) La Mutualité chrétienne intervient jusqu'à 25 euros par an dans le coût des vaccinations. Renseignez-vous auprès de votre conseiller mutualiste ou en téléphonant au 0800 10 987.

(2) Vous trouverez une série de conseils utiles en matière d'hygiène sur le site de l'Institut Scientifique de Santé Publique - [www.iph.fgov.be/epidemiol/](http://www.iph.fgov.be/epidemiol/) (rubrique plaquettes informatives).

## Qui vacciner contre l'hépatite A ?

Tous les enfants de 1 à 12 ans qui se rendent dans des régions où la maladie survient encore fréquemment devraient être vaccinés et cette vaccination devrait être financée par les pouvoirs publics. Telle est la conclusion de l'Université d'Anvers qui a étudié cette question à la demande du Centre fédéral d'expertise en soins de santé (KCE).

L'amélioration des conditions d'hygiène a pratiquement fait disparaître l'hépatite A en Belgique. Cependant, ces dernières années, de petites épidémies d'hépatites A ont été découvertes dans des crèches et des écoles. En effet, la contamination est surtout causée aujourd'hui par les infections (souvent asymptomatiques) d'enfants infectés lors d'un séjour dans une région où la présence du virus est endémique et qui le ramènent ensuite en Belgique. La plupart pourraient être des enfants issus de l'immigration

## Regions à risque

Grâce aux bons équipements sanitaires des pays industrialisés, l'hépatite A y survient rarement. Ce n'était cependant pas le cas avant. On estime en effet que la moitié des personnes de plus de 50 ans ont

## Jusqu'à huit mois...

Les premiers symptômes apparaissent de deux à huit semaines après la contamination. Les plaintes les plus importantes sont de la fièvre, un manque d'appétit, une douleur dans l'hypocondre droit (partie droite de

modérés chez les petits enfants, voire même absents. La sévérité des plaintes augmente avec l'âge. Les adultes peuvent en être affectés pendant 2 à 8 mois. Dans certains cas extrêmement rares, la maladie peut être mortelle.

qui retournent régulièrement dans la famille d'origine de leurs parents.

Pour le KCE, si l'on veut réduire les 800 cas symptomatiques annuels diagnostiqués en Belgique, c'est sur cette population cible qu'il faut s'efforcer d'agir.

**Le texte intégral de ces recommandations est disponible sur le site [www.kce.fgov.be](http://www.kce.fgov.be) (rubrique publications).**

# L'hépatite C

**Près de 100.000 Belges sont infectés par le virus de l'hépatite C. Chez certains, cette infection peut mener à une grave affection du foie. C'est pourquoi la détection précoce de la présence du virus est primordiale.**

L'infection par le virus de l'hépatite C ne se produit que par du sang infecté et ses produits dérivés. L'hépatite C n'est donc pas une maladie sexuellement transmissible, à moins qu'il n'y ait un contact avec du sang.

## Un virus découvert tardivement

Le virus responsable de l'hépatite C n'a été découvert qu'en 1989. Un an plus tard, les pouvoirs publics instauraient un contrôle et un suivi stricts de tous les produits sanguins. Depuis, le nombre d'infections dues à une transfusion sanguine est pratiquement nul. Mais pour de nombreuses personnes ayant reçu du sang avant 1990, ces mesures sont arrivées trop tard. Aussi leur conseillons-nous une analyse de sang pour vérifier qu'elles n'ont pas été en contact avec le virus. A l'heure actuelle, ce sont surtout les consommateurs de drogues dures qui sont infectés, par l'échange de se-

ringues et de pailles pour sniffer. Les tatouages et les piercings réalisés dans de mauvaises conditions d'hygiène représentent une autre source de contamination. Des précautions doivent également être prises lors des actes médicaux pour que ni le personnel de santé ni les patients ne s'infectent mutuellement.

Malgré nos connaissances sur les modes de transmission du virus, chez quelque 30 % des patients, il est difficile de savoir comment ils ont été infectés.

## Une évolution capricieuse

La présence du virus de l'hépatite C est souvent détectée par hasard, lors d'un examen sanguin. L'affection ne donne en effet que rarement lieu à des plaintes immédiatement après l'infection. Et durant les premières années qui la suivent, les symptômes sont également généralement peu manifestes ou se limitent à de la fatigue, des douleurs articulaires, des affections de la peau ou une jaunisse.

20 % des infections guérissent spontanément. 80 % provoquent une inflammation chronique du foie, qui ne se développera parfois que dix à trente ans plus tard. L'infection connaît souvent un parcours capricieux, avec des périodes d'activité accrue du virus, alternant avec des périodes où seule une réaction inflammatoire est présente. La maladie peut être plus problématique si l'infection se produit à un âge plus avancé, si les plaintes apparaissent peu après l'infection, s'il y a en même temps une infection par le virus de l'hépatite B ou du sida, si le foie est intoxiqué par une consommation d'alcool ou de médicaments hépato-toxiques. Dans certains cas, l'inflammation chronique peut provoquer des affections graves, comme la cirrhose, une insuffisance hépatique ou même parfois un cancer du foie.

## Préjugés

Les personnes atteintes de l'hépatite C sont régulièrement critiquées ou victimes de préjugés. Si la maladie se manifeste par de vagues plaintes de fatigue et que le diagnostic n'est pas encore établi, elles sont parfois accusées de paresse, ne semblant pas malades.

Par crainte de contagion, elles sont également souvent évitées. C'est totalement injustifié. La contamination n'a lieu que par le sang et les contacts normaux, sociaux ne présentent aucun risque.

Enfin, on les soupçonne souvent d'abus d'alcool. Un préjugé largement répandu impute en effet tout problème de foie à la boisson. Or ça n'a aucun rapport dans le cas d'une hépatite C.

On peut prévenir une infection en évitant tout contact avec le sang d'autres personnes. Il faut se protéger non seulement du contact direct mais aussi indirect. Et donc ne pas utiliser le matériel de rasage, la brosse à dent, les articles de manucure et pédicure, ... d'autres personnes. Si vous voulez vous faire tatouer ou vous faire faire un piercing, veillez à ce que des instruments stériles, des gants et du matériel jetables soient utilisés, tout comme dans les soins de santé. C'est loin d'être un luxe superflu.

Avec les personnes atteintes d'hépatite C, il suffit aussi d'éviter le contact avec leur sang. Les contacts sociaux ne présentent aucun risque d'infection. Les câlins sont aussi sans danger.

## Des résultats prometteurs

Quand une contamination est constatée, le médecin va examiner si le foie est endommagé. S'il n'est ni enflammé ni contracté, aucun traitement immédiat ne s'impose. Il suffit de suivre attentivement l'évolution de la maladie. Si un traitement est nécessaire, celui-ci se fera d'abord avec des médicaments. La lutte contre les virus, y compris celui de l'hépatite C, n'est pas facile. Mais les progrès accomplis par la science donnent de l'espoir. Des médicaments peuvent détruire le virus et espèrent le provoquer une guérison durable. Revers de la médaille, ces produits ne produisent l'effet désiré que chez environ 80% des patients, doivent parfois être administrés pendant longtemps et peuvent provoquer des effets secondaires.

Si le foie est sérieusement touché, la transplantation est parfois la seule solution. 40 % des transplantations ont lieu dans ces circonstances. Pour ne pas en arriver là, si vous vous sentez anormalement fatigué ou pensez avoir été en contact avec le sang d'autres personnes, faites faire une analyse de sang.

**Dr M.C.**