



HÉPATITE A

Qu'est-ce que l'hépatite A?

L'hépatite A est causée par un virus contagieux qui s'attaque au foie. L'hépatite A peut varier d'une maladie bénigne durant quelques semaines à une maladie grave qui dure plusieurs mois. Il s'agit de l'un des différents types de virus d'hépatite qui causent de l'inflammation et peuvent nuire à la capacité du foie de bien fonctionner.

Quels sont les symptômes?

Les personnes infectées par le virus de l'hépatite A peuvent présenter divers symptômes. Il arrive qu'aucun symptôme ne se manifeste, mais les personnes peuvent quand même propager l'infection à d'autres. Souvent, chez les personnes infectées par l'hépatite A, les symptômes suivants apparaissent de 15 à 50 jours après l'exposition au virus :

- Fatigue (sensation de fatigue)
- Jaunisse (la peau et le blanc des yeux prennent une teinte jaunâtre)
- Urine foncée et selles pâles
- Douleurs abdominales, nausées, vomissements, faible appétit
- Diarrhée
- Fièvre

Les symptômes sont souvent bénins et durent généralement une à deux semaines. Dans les cas graves, les symptômes peuvent persister pendant plusieurs mois. L'hépatite A est plus sérieuse chez les femmes enceintes (particulièrement au troisième trimestre de grossesse) et peut entraîner la mort dans certains cas.

Il existe actuellement un vaccin approuvé contre l'hépatite A. Une fois vacciné, vous êtes immunisé pour la vie. Si vous avez déjà été infecté par le virus, votre corps a développé une immunité naturelle.

Comment l'hépatite A se transmet-elle?

Le virus de l'hépatite A se transmet d'une personne à l'autre par contact avec des excréments (selles) contaminés. Les gens peuvent être porteurs du virus sans ressentir de symptômes et le transmettre à d'autres personnes ou contaminer des aliments ou des surfaces. Le plus souvent, le virus se transmet par :

- Contact sexuel avec une personne infectée (contact oral-anal)
- Partage d'aiguilles et d'accessoires servant à la consommation de drogues
- Un préposé à la manutention des aliments infecté

- Des mains mal lavées après avoir utilisé les toilettes ou avoir aidé quelqu'un à le faire
- La contamination durant la récolte, la fabrication et la transformation des aliments
- Des personnes qui voyagent dans des pays où l'hépatite A est courante

Voici quelques sources possibles de contamination à l'hépatite A par les aliments :

- Eau contaminée
- Mollusques et crustacés crus ou insuffisamment cuits
- Fruits et légumes crus

Comment diagnostique-t-on l'hépatite A?

On peut diagnostiquer l'hépatite A à l'aide d'un test sanguin. Ce test peut indiquer si une personne est infectée par l'hépatite A, l'a été par le passé (et est guérie) ou si elle a déjà reçu le vaccin.

Comment puis-je me protéger contre l'hépatite A?

Les conseils suivants vous aideront à vous protéger, vous et votre famille, contre l'hépatite A :

- Discutez avec votre médecin de la possibilité de vous faire vacciner contre l'hépatite A
- Lavez-vous les mains après avoir utilisé les toilettes et changé des couches, ou avant de cuisiner et de manger
- Lorsque vous voyagez, surtout dans des pays en développement :
 - Buvez uniquement de l'eau embouteillée ou bouillie
 - Évitez les glaçons dans vos boissons
 - Mangez uniquement des aliments fraîchement cuits
 - Évitez les fruits et les légumes crus non pelés
- Cuisez les aliments jusqu'à ce qu'ils atteignent une température interne sécuritaire, en utilisant un thermomètre numérique
- Si vous pensez avoir été exposé à l'hépatite A, consultez immédiatement votre médecin. Le vaccin peut prévenir l'apparition des symptômes, s'il est administré dans les deux semaines suivant l'exposition.
- Si vous avez été exposé à l'hépatite A ou à une autre maladie gastro-intestinale, ne cuisinez pas pour d'autres personnes

Comment peut-on réduire les risques d'infection pendant les relations sexuelles?

- Utilisez un condom interne ou externe chaque fois que vous avez des relations sexuelles orales, vaginales ou anales
- Utilisez uniquement des lubrifiants à base d'eau et de silicone

- Si vous partagez des accessoires sexuels, couvrez-les d'un condom et changez le condom chaque fois qu'ils passent d'une personne à l'autre
- Faites-vous tester régulièrement pour les infections transmissibles sexuellement (ITS)

Comment peut-on réduire les risques d'infection liés à la consommation de drogues?

- Utilisez du nouveau matériel chaque fois que vous consommez. Cette recommandation concerne les pipes, les aiguilles, les seringues et le reste du matériel (réchauds, filtres et eau, p. ex.)
- Ne partagez jamais votre matériel de consommation, même avec votre partenaire sexuel
- Faites appel aux programmes d'échange d'aiguilles et de seringues ou aux services de consommation supervisée afin d'obtenir du nouvel équipement et de profiter de services de réduction des méfaits

Renseignements :

- Fondation canadienne du foie – www.foie.ca ou composez le 1-800-563-5483
- Santé Canada – www.phac-aspc.gc.ca
- Ministère de la Santé et des Soins de longue durée de l'Ontario – http://www.health.gov.on.ca/fr/public/programs/hepatitis/hep_c.aspx/fr
- www.catie.ca (La source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C) ou composez sans frais le 1-800-236-1638
- Appelez la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1-800-668-2437 si vous avez des questions ou avez besoin d'aide.
- www.lesexeetmoi.ca

Clinique de santé-sexualité

179, rue Clarence
Ottawa (Ontario) K1N 5P7
613-234-4641 | ATS : 613-580-9656
www.SantePubliqueOttawa.ca

Le Programme de réduction des méfaits SITE

Bureau du Programme SITE (échange d'aiguilles et de seringues et services de consommation supervisée)

179, rue Clarence
Ottawa (Ontario) K1N 5P7
613-580-2424, poste 29047

De 9 h à 21 h tous les jours

Fourgonnette du Programme SITE – Service de réduction des méfaits

De 17 h à 23 h 30 tous les jours

613-232-3232 (appels à frais virés acceptés)

Pour en savoir plus sur les ressources locales, consultez la page intitulée [Services de réduction des méfaits à Ottawa](#)