

Jeu de l'oie hépatite C

Réponses



Programme de prévention des maladies transmissibles, Vaud.
Campagne VHC, 2018.

1. Le foie a beaucoup de fonctions (plus de 500 !), dont les principales peuvent être regroupées en 3 grandes catégories :
 - a. **Stockage.** Le foie reçoit une grande partie du sang provenant directement du système digestif. Il est capable de stocker les nutriments apportés par la digestion et de les transformer en molécules plus complexes. Il participe au métabolisme des sucres (glucides) et des graisses (lipides). Il peut donc les stocker, pour les libérer progressivement en fonction des besoins de l'organisme. Il synthétise ou dégrade le cholestérol. Le foie est aussi capable de stocker des vitamines liposolubles.
 - b. **Épuration.** Le foie est l'usine de recyclage de l'organisme : il est en charge de détoxifier le corps, en métabolisant l'alcool, les drogues, les médicaments...
 - c. **Synthèse.** Le foie synthétise la bile. Celle-ci est transportée via des canaux biliaires vers la vésicule biliaire, où elle est stockée. Le foie synthétise aussi de nombreuses protéines impliquées notamment dans la coagulation du sang.
2. Côté droit de l'abdomen, juste sous les côtes. Quadrant supérieur droit.
3. Le foie est l'organe le plus volumineux de l'organisme. Son poids est d'environ 1'500 grammes et il contient en plus 800 à 900 grammes de sang. Il mesure en moyenne 28 centimètres dans le sens transversal, 16 de haut et 8 d'épaisseur, dans la région la plus volumineuse du lobe droit.
4. Non, le foie est un organe indispensable à la vie.
5. L'hépatite est une inflammation du foie. Chez les personnes qui consomment des substances, elle est principalement causée par un virus (VHC). L'hépatite peut également survenir lors d'une consommation excessive d'alcool et suite à une alimentation déséquilibrée (surpoids) ou à une intoxication (médicaments, drogue dont ecstasy).
6. 5 (A, B, C, D, E).
7. VHA, VHB, VHC, VHD et VHE.
8. Il existe des vaccins seulement pour les hépatites A et B.

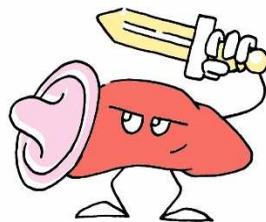
9. Question à choix, en lien avec l'hépatite C.
10. Ce n'est pas une question.
11. L'hépatite C est une infection du foie causée par le virus de l'hépatite C (VHC).
12. S'il y a des symptômes, ils sont généralement peu spécifiques, comme de la fatigue, de la fièvre, des nausées ou vomissements, des pertes d'appétit, des douleurs musculaires ou articulaires, une sensibilité au niveau de la zone abdominale (dans la région du foie). Au moment de l'infection (phase aiguë), contrairement aux autres hépatites (notamment VHA ou alcoolique), on observe rarement une « jaunisse » ou ictère (jaunissement de la peau et du blanc des yeux) associé à une coloration grisâtre des selles et une coloration sombre des urines. C'est pour cela que la phase aiguë passe très souvent inaperçue. La personne est porteuse du virus et à risque de le transmettre sans le savoir. Le virus de l'hépatite C peut rester longtemps silencieux (sans symptômes), mais peut aussi évoluer à long terme en fibrose, cirrhose ou cancer du foie.
- 
13. Il existe 7 génotypes, notés de 1 à 7, et aussi de nombreux sous-génotypes (par exemple 1a, 3a, 4b, ...).
14. Non, l'hépatite C évolue dans 70 à 80% des cas en hépatite C chronique, c'est-à-dire en infection qui dure plus de 6 mois. Dans environ 20-30% des cas, elle guérit d'elle-même après la phase aiguë.
15. Rappeler aux joueuses et joueurs que l'infection est souvent silencieuse / asymptomatique et que potentiellement des personnes infectées le sont sans le savoir. On estime le nombre des nouvelles infections par an entre 100 et 300.
16. L'hépatite C se transmet par voie sanguine (contact de sang à sang), lors des échanges de matériel d'injection, de partage de paille, lorsqu'on fait des tatouages ou des piercings avec du matériel non stérile. Elle peut aussi se transmettre par voie sexuelle, même si cette voie de transmission est moins fréquente, en cas de lésion des muqueuses (pénis, vagin, gencives) ou de rapport sexuel pendant

les menstruations, de rapports sadomasochistes (plus de risque de saignements), de rapports anaux.

17. *Ce n'est pas une question.*

18. En général, le risque de contamination de la femme, lors d'une relation sexuelle avec un partenaire ayant une hépatite C chronique est très faible (< 1%). Si la future mère a une hépatite chronique, le risque de transmission à l'enfant est également faible (< 6%) et dépend de la charge virale (virémie). Idéalement, une femme porteuse d'une hépatite C chronique qui souhaite avoir un enfant devrait faire une prise de sang avant la conception afin de connaître son taux de virémie (PCR) cela permettrait d'envisager la prise en charge la plus adéquate ; par exemple, si la virémie est élevée, traiter l'hépatite chronique **avant** de concevoir un enfant. Attention, il n'est pas possible de faire le traitement pendant la grossesse (risque de malformation de l'enfant).

19. Il faut éviter toute tentative de grossesse au cours et après l'arrêt du traitement (4 mois après pour les femmes traitées et 7 mois pour les hommes traités) car le traitement est tératogène (il risque de provoquer des malformations chez l'enfant). La personne traitée et son partenaire doivent donc utiliser une contraception efficace.



20. Utiliser ses propres seringues, sa propre cupule, sa propre paille et tout autre matériel lié à la consommation. Ne pas partager son matériel.

21. *Question à choix, en lien avec l'hépatite C.*

22. La consommation excessive d'alcool (plus de 20 grammes par jour, soit 3 verres pour les hommes et 2 verres pour les femmes) avec une hépatite C augmente les risques de fibrose et de cirrhose et provoque une augmentation des enzymes hépatiques). L'élimination de l'alcool se fait par le foie ; cela donne un travail supplémentaire et surcharge donc le foie !

23. Quatre à six mois après une exposition au virus de l'hépatite C (partage d'une seringue, rapport sexuel à risque).

24. *Préciser* : la sérologie positive pour l'hépatite C se mesure par dosage d'anticorps par test rapide et /ou prise de sang. *Réponse* : D'abord pour savoir si on a une infection en cours (taux de virémie) ou pas (ancienne infection passée inaperçue et guérie spontanément), puis pour connaître le génotype.
25. *Avancer de 2 cases.*
26. Non, parce qu'il existe plusieurs génotypes du virus de l'hépatite C et il y a un risque de nouvelle infection avec un 2^{ème} génotype ou de réinfection avec le même génotype d'une ancienne hépatite C guérie.
27. Non, il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C.
28. Oui, car il existe 7 génotypes différents et aussi parce qu'après avoir suivi un traitement contre l'hépatite C, on n'est pas protégé d'une nouvelle infection (le traitement n'induit pas d'immunité aux différents génotypes).
29. *Je passe un tour.*
30. Le virus reste viable pendant plusieurs jours, voire semaines. Tout objet entré en contact avec du sang est considéré comme à risque. Il doit être jeté de **façon sécurisée**.
31. Oui, le VHC peut être aussi transmis par le partage de la paille, s'il y a des lésions nasales ou des sinus, une infime goutte de sang, même invisible à l'œil nu, peut suffire pour être contaminé-e.
32. Non, pas forcément.
33. Oui, grâce aux nouveaux traitements on peut guérir de l'hépatite C chronique avec 98-99% de taux de réussite. 10 à 30% des nouvelles infections VHC guérissent spontanément sans forcément devenir chroniques.
34. Oui, il existe des traitements pour l'hépatite C. Ces traitements antiviraux sont prescrits par des médecins hépatologues, infectiologues et addictologues (confirmés par l'OFSP). Une bonne hygiène de vie peut améliorer l'état du foie (alimentation saine et équilibrée, consommation d'alcool modérée).
35. *Passer 2 tours.*

36. *Question à choix, en lien avec l'hépatite C.*
37. L'hépatite C chronique peut provoquer une cirrhose, plusieurs années après la contamination, qui augmente le risque de cancer du foie.
38. Les cellules du foie (hépatocytes) sont détruites et remplacées par du tissu cicatriciel qu'on appelle fibrose.
39. La cirrhose est le dernier stade de la fibrose et le préambule d'une insuffisance du foie avec des complications systémiques.
40. Il s'agit de différents types de virus, le fait d'avoir une hépatite C ne protège pas contre les hépatites A ou B. Attraper une hépatite A ou B surcharge le foie !
41. *Reculer de 2 cases.*
42. En cas d'hépatite C, il est préférable de limiter l'utilisation du paracétamol (Dafalgan®), bien que les études ne soient pas très claires. Dans tous les cas, il est mieux de ne pas dépasser 2 grammes par jour. Le Dafalgan® est métabolisé et éliminé par le foie, il est préférable de consulter un médecin.
43. Oui, depuis mai 2017, les nouveaux traitements sont remboursés par les caisses maladie en Suisse indépendamment du stade hépatique de la maladie (c'est-à-dire de la gravité de l'atteinte du foie) aux personnes souffrant d'une addiction aux substances psychoactives et/ou sous traitement de substitution opiacé (par exemple : méthadone) et au bénéfice d'un suivi médical spécialisé concernant son hépatite C.
44. Les nouveaux traitements ont peu d'effets secondaires et sont en général bien tolérés en comparaison avec le traitement d'interféron.
45. *Question à choix, en lien avec l'hépatite C.*

46.  Tous les objets qui pourraient être contaminés par le sang ne doivent pas être partagés (coupe-ongles, brosse à dents, rasoir), normalement le mascara, le savon, les peignes sont sans risque, sauf pour les peignes, s'il y a une lésion sur le cuir chevelu.

47. *Ce n'est pas une question.*

48. Peu de symptômes du VHC (voir question 12) et symptômes peu spécifiques.
49. *Reculer de 4 cases.*
50. Une virémie indétectable sur une longue durée est bien un signe de guérison. Cependant, une mesure unique de virémie indétectable n'est pas suffisante pour affirmer la guérison. Dans ce cas, il y a encore des risques que je sois contagieux / contagieuse.
51. Prison : faire attention aux transmissions du virus ! En prison, la prévalence de l'hépatite C est plus élevée que dans la population en général. De plus, les objets (aiguille à tatouage, seringue, ...) sont souvent réutilisés, partagés entre plusieurs détenus.
52. « Perfektovir » : les derniers médicaments pour soigner l'hépatite C sont très efficaces et donnent de l'espoir pour les prises en charge dans l'avenir.
53. *Avancer de 2 cases.*
54. *Ce n'est pas une question.*
55. Prise de risque.
56. *Reculer d'une case.*
57. Il faut faire un test de dépistage 4 à 6 mois après la prise de risque.
58. La fenêtre sérologique représente le temps entre la prise de risque et le dépistage possible. C'est le temps nécessaire à l'organisme pour produire des anticorps en quantité suffisante pour qu'ils puissent être détectés par la prise de sang ou le test rapide (4 mois après la prise de risque). Par sécurité un test négatif à 4 mois doit être refait au moins à 6 mois.
59. Ouf ! (suivre le chemin *vert*).
60. Attente.
61. M..... (suivre le chemin *rouge*).
62. *Chemin rouge* : il faut être attentif à l'alimentation pour éviter une importante prise de poids, demander l'avis d'un médecin pour la prise de médicaments, éviter l'alcool, le tabac, le cannabis, consommer à moindre risque. Faire un bilan complet ainsi que, en cas d'hépatite chronique, ne pas oublier de faire des contrôles

hépatiques annuels en attendant le traitement antiviral. Toutes les hépatites C ne deviennent pas chroniques, 20-30 % d'entre elles guérissent spontanément.

- Non, je ne commence pas de traitement tout de suite, d'abord je prends un rendez-vous avec mon médecin pour détecter ma virémie et par la suite je fais des contrôles réguliers (une à deux fois par année).

- Il est recommandé de faire des contrôles réguliers entre 6 mois et une année, cela dépend de mon état de santé et de mon état hépatique.

Chemin vert : la joueuse, le joueur donne des messages.

Arrivée : VICTOIRE !!!!! BRAVO !!!!!

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter les sites d'Infodrog :

www.infodrog.ch et www.hepch.ch

Nous remercions la Dresse Erika Castro (CHUV) et la Dresse Martine Monnat (SSP) pour leur validation.



REL'IER informations • réseau • addictions

Rue Enning 1
1003 Lausanne
T 021 323 60 58
relier@relais.ch
relier.relais.ch