

HÉPATITE A

Document à l'usage des patients

L'hépatite A est une maladie contagieuse qui peut être à l'origine d'épidémies.

Tout le monde peut à tout moment avoir des contacts avec une personne malade.

L'hépatite A peut être grave surtout chez l'adulte.

Des mesures d'hygiène et un vaccin peuvent vous en protéger.



QU'EST CE QU'UNE HÉPATITE ?

L'hépatite est une inflammation qui détruit une partie des cellules du foie.

Elle peut être due à des médicaments, à la consommation d'alcool, ou à des virus (hépatite virale).

Les trois hépatites virales les plus fréquentes sont les hépatites A, B et C.

COMMENT L'HÉPATITE A SE TRANSMET-ELLE ?

Le virus est présent dans les selles des personnes atteintes et peut contaminer les eaux et les aliments.

L'hépatite A se transmet d'une personne à une autre :

- en absorbant :
 - de l'eau souillée (des glaçons suffisent), surtout dans les pays en voie de développement.
 - des aliments contaminés : des fruits de mer crus ou insuffisamment cuits prélevés dans des eaux contaminées, de la nourriture crue ou cuite manipulée par un cuisinier malade.

- en portant ses mains à la bouche sans s'être bien lavé les mains après contact direct avec les selles ou les mains souillées d'une personne malade

- lors de rapports sexuels digito ou oro-anaux avec une personne malade

- rarement : par contact direct avec le sang d'une personne contagieuse

QUELLES SONT LES PERSONNES LES PLUS EXPOSÉES AU VIRUS DE L'HÉPATITE A ?

L'hépatite A n'est plus une maladie répandue en France mais certaines personnes présentent davantage de risques de contamination :

- Les personnes qui voyagent dans des pays en voie de développement où les conditions d'hygiène sont mauvaises et l'hépatite A répandue
- Les personnes vivant dans des conditions précaires sans accès à l'eau courante ni à un réseau d'eaux traitées (gens du voyage etc...)
- Les employés et les enfants des internats des services pour l'enfance et la jeunesse handicapée
- Les personnels des crèches, des cantines et des services de traitement des eaux
- Les homosexuels masculins lors de rapports sexuels oro-anaux
- Les toxicomanes intraveineux lors d'échange de seringues contaminées ou de partage de matériel d'injection souillé

Les personnes atteintes par l'hépatite A sont contagieuses pour leur(s) partenaire(s) sexuel(s) et pour les personnes habitant sous le même toit, mais un simple contact sur le lieu de travail ou à l'école ne présente pas de danger.

QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE L'HÉPATITE A ?

Chez les enfants en bas âge, l'hépatite A passe souvent inaperçue tandis que 80% des adultes vont présenter des symptômes.

- Les premiers signes peuvent être une grande fatigue, des douleurs musculaires, des maux de tête, des nausées et vomissements, une perte d'appétit, et une fièvre modérée.
- Puis la peau peut devenir jaunâtre, les urines foncées et les selles décolorées.
- La fatigue peut persister plusieurs semaines.

Une personne atteinte est contagieuse dès 10 jours après sa contamination, et ce pendant 4 à 6 semaines.

COMMENT L'HÉPATITE A ÉVOLUE-T-ELLE ?

La plupart du temps, l'hépatite A guérit spontanément en quelques semaines. Une fois guérie, l'hépatite A ne peut ni se réactiver ni être contractée à nouveau.

Toutefois, l'hépatite A peut présenter des formes plus graves, surtout chez l'adulte. Une des complications possibles mais très rare est l'hépatite fulminante, qui peut entraîner la mort.

EXISTE T IL UN TRAITEMENT ?

Il n'existe aucun traitement spécifique de l'hépatite A.

La personne atteinte doit se reposer. Il est recommandé de cesser toute activité professionnelle pendant la période de contagiosité pour les personnes travaillant en collectivité ou dans le secteur agro-alimentaire.

COMMENT SE PROTÉGER CONTRE L'HÉPATITE A ?

- Toujours se laver les mains avant de manger, de cuisiner, et après être allé aux toilettes ou avoir changé la couche d'un bébé, surtout lors d'un voyage à l'étranger (Afrique, Asie, Amérique latine)

- Seule **la vaccination** assure une protection efficace contre l'hépatite A :
La vaccination est possible à partir de l'âge d'un an et comprend 2 injections à 6-12 mois d'intervalle.
Elle garantit une protection durable, sans effets secondaires.
Le vaccin contre l'hépatite A coûte environ 37 euros par dose chez l'adulte et 30 euros par dose chez l'enfant et n'est pas remboursé par la sécurité sociale.

POUR QUI LA VACCINATION EST ELLE RECOMMANDÉE ?

La vaccination contre l'hépatite A n'est pas obligatoire mais est recommandée pour :

- Les adultes et les enfants de plus de 1 an voyageant dans les pays en voie de développement (Afrique, Asie, Amérique latine) surtout en cas de voyages fréquents ou longs.
- Les sujets exposés professionnellement à l'hépatite A : personnels des crèches, des cantines, des services de traitement des eaux usées
- Les jeunes et le personnel des internats des établissements pour l'enfance et la jeunesse handicapée

- Les personnes porteuses d'une maladie chronique du foie (notamment due au virus de l'hépatite B ou C, ou à une consommation excessive d'alcool)
- Les homosexuels masculins
- Les usagers de drogues intraveineuses.

QUE FAUT-IL FAIRE SI UN PROCHE A CONTRACTÉ L'HÉPATITE A ?

Toute personne non vaccinée ayant eu un contact rapproché avec un malade doit consulter son médecin au plus vite pour se faire vacciner si le contact date de moins de 2 semaines.

Les mesures d'hygiène peuvent freiner la propagation du virus :

- isolement du malade
- lavage régulier des mains
- utilisation de gants et de serviettes en papier à usage unique
- désinfection des toilettes utilisées par le malade à l'eau de javel après chaque selle
- désinfection des poignées de porte, des robinets touchés par le malade

Mais **seule une vaccination préalable contre l'hépatite A écarte tout risque de contagion.**

ABRAVANEL Lise. Évaluation de la pratique préventive de l'hépatite A chez les groupes à risque : patients porteurs d'une maladie chronique du foie, homosexuels masculins et usagers de drogues intraveineuses en médecine générale, 94p. Thèse : Médecine : Reims : 2007 ;n°61.