

Qu'est-ce que l'hépatite A?

L'hépatite A est une infection du foie causée par le virus de l'hépatite A. En général, les premiers symptômes apparaissent deux à quatre semaines après l'exposition au virus, mais chez certaines personnes, l'apparition des symptômes peut prendre jusqu'à deux mois. Certaines personnes, en particulier les jeunes enfants, peuvent ne présenter aucun symptôme.

Les symptômes courants peuvent inclure les suivants :

- jaunissement de la peau et des yeux (ce qu'on appelle la jaunisse)
- fièvre
- perte d'appétit
- grande fatigue
- nausées ou vomissements
- crampes d'estomac ou diarrhée
- urine foncée ou selles (excréments) de couleur pâle

Il n'existe pas de traitement particulier contre l'hépatite A. La plupart des personnes guérissent spontanément en quelques semaines ou en quelques mois. L'hépatite A n'entraîne pas de maladie hépatique chronique (à long terme). Cependant, dans de rares cas, elle peut provoquer une insuffisance hépatique, qui peut mettre la vie en danger. Les formes graves de la maladie sont plus fréquentes chez les adultes et chez les personnes souffrant d'autres pathologies graves, comme celles qui présentent déjà une maladie hépatique.

Comment se transmet l'hépatite A?

L'hépatite A se transmet généralement d'une personne à l'autre par voie fécale-orale. On parle de transmission fécale-orale lorsque des selles (excréments) contaminées entrent en contact avec la bouche d'une autre personne. L'hépatite A se propage plus facilement dans les endroits où les réseaux d'assainissement sont défectueux ou lorsque l'accès à l'eau potable et à l'eau pour se laver les mains est limité. Elle peut également se propager par le sang, mais cela est plus rare. Les personnes atteintes d'hépatite A peuvent transmettre la maladie jusqu'à deux semaines avant l'apparition des symptômes et jusqu'à une semaine après leur apparition.

L'hépatite A peut se transmettre comme suit :

Contact interpersonnel

- vivre avec une personne atteinte d'hépatite A ou s'en occuper
- avoir des rapports sexuels avec une personne infectée
- partager des aiguilles ou du matériel servant à préparer ou à s'injecter des drogues

Par la nourriture ou l'eau

- consommer des aliments ou boire de l'eau contaminés (contenant le virus)
- les aliments peuvent être contaminés lorsqu'une personne infectée ne se lave pas correctement les mains après être allée aux toilettes et qu'elle prépare ensuite à manger
- les aliments peuvent également être contaminés pendant leur culture, leur récolte ou leur transformation

Si vous pensez que vous ou votre enfant pourriez avoir l'hépatite A, communiquez avec votre fournisseur de soins de santé. Une analyse de sang permet de déterminer la présence d'une infection.

Comment prévenir l'hépatite A?

Lavage des mains : Lavez-vous les mains à l'eau et au savon pendant au moins 15 secondes après être allé aux toilettes, après avoir changé une couche et avant de préparer ou de consommer des aliments. Se laver les mains à l'eau et au savon constitue la meilleure méthode pour empêcher la propagation de l'hépatite A. Si vous n'avez pas accès à de l'eau et du savon, utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.

Nettoyage et désinfection régulière des surfaces fréquemment touchées : Cela comprend toutes les surfaces de salles de bains et de cuisines, ainsi que toutes les surfaces que les gens touchent fréquemment (par exemple, les tables, les chaises, les poignées de porte). Utilisez une solution commerciale de nettoyage et de désinfection qui élimine le virus de l'hépatite A, ou de l'eau de Javel diluée dans l'eau. Pour l'eau de Javel, utilisez de l'eau de Javel domestique (hypochlorite de sodium à 5,25 pour cent); mélangez 1 $\frac{3}{4}$ tasse d'eau de Javel dans 3,6 litres d'eau pour obtenir une solution de chlore à 5 000 parties par million.

Manipulation sécuritaire des aliments : Lavez les fruits et légumes crus avant de les consommer. Lavez-vous les mains avant et après avoir préparé ou consommé des aliments. Si vous avez l'hépatite A, évitez de préparer des repas pour d'autres personnes.

Pratiques plus sécuritaires : Ne partagez pas vos aiguilles ni votre matériel destiné à la consommation de drogues. Adoptez des pratiques sexuelles plus sûres, comme l'utilisation d'un préservatif lors de rapports sexuels.

Faites-vous vacciner : Le vaccin contre l'hépatite A est sûr et efficace. Il contribue à protéger les personnes exposées au risque de contracter l'hépatite A, notamment celles qui ont été en contact étroit avec une personne infectée. Le vaccin peut prévenir l'infection s'il est administré dans les deux semaines suivant l'exposition. Vous pourriez avoir droit à la vaccination gratuite (voir ci-dessous).

Qui devrait se faire vacciner contre l'hépatite A?

Le vaccin contre l'hépatite A est recommandé pour les personnes âgées de six mois et plus qui :

- vivent avec une personne atteinte de l'hépatite A ou qui sont en contact étroit avec elle
- présentent certains problèmes de santé (par exemple, maladie rénale, maladie du foie, notamment l'hépatite B ou C, le VIH ou un système immunitaire affaibli)
- se rendent dans une région ou un pays où l'hépatite A est courante (remarque : Santé, Aînés et Soins de longue durée Manitoba ne prend pas en charge les frais liés à la vaccination contre l'hépatite A dans le cadre de voyages à l'étranger)
- sont sans domicile fixe
- consomment des drogues en les fumant, en les reniflant ou en se les injectant, ou partagent le matériel servant à ces fins (à l'exception des médicaments utilisés conformément à une prescription médicale)
- sont des hommes homosexuels, bisexuels ou d'autres hommes ayant des rapports sexuels avec des hommes

En cas d'épidémie, le vaccin peut également être proposé à d'autres personnes à risque. Pour connaître les critères d'admissibilité les plus récents concernant la vaccination, y compris en cas d'épidémie, veuillez consulter le site <https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/cdc/vaccineeligibility.fr.html>.

Pour de plus amples renseignements sur l'hépatite A ou le vaccin contre l'hépatite A, vous pouvez :

- en parler à votre fournisseur de soins de santé ou au **personnel infirmier de la santé publique** de votre quartier
- appeler Health Links – Info Santé au 204 788-8200 (à Winnipeg) ou au 1 888 315-9257 (sans frais)
- consulter la page Web de la santé publique du Manitoba consacrée à l'hépatite A à <https://www.gov.mb.ca/health/publichealth/diseases/hepatitisa.fr.html>