

J'ai une hépatite A : que devrais-je savoir ?

Le site du Docteur Didier CARCIENTE

Adresse du site : www.docvadis.fr/didiercarciente



Validé par

le Comité Scientifique Hépatologie

L'hépatite A est une infection du foie provoquée par un virus. 1,5 million de personnes seraient infectées chaque année dans le monde, dont environ un millier en France. Toutefois, depuis février 2017, plusieurs pays en Europe, dont la France observent une augmentation importante du nombre de cas. Dans la grande majorité des cas, la maladie guérit spontanément sans nécessiter de traitement particulier.

Comment ai-je pu être infecté ?

Le virus de l'hépatite A se transmet principalement par l'ingestion d'eau ou d'aliments contaminés par des matières fécales. Les coquillages, notamment, concentrent de grandes quantités de virus. En France, la plupart des nouveaux cas sont ceux de personnes qui reviennent de voyages dans des régions où les conditions sanitaires sont mauvaises, en particulier en Afrique, en Asie et en Amérique du Sud. On est généralement infecté en buvant de l'eau contaminée, en consommant des coquillages ou encore en mangeant des aliments crus souillés. Le virus de l'hépatite A se transmet parfois de façon directe entre deux personnes en cas de mauvaise hygiène (mains mal lavées) ou au cours de rapports sexuels bucco-anaux.

Comment mon hépatite risque-t-elle d'évoluer ?

Les symptômes de l'hépatite A varient grandement d'un individu à l'autre, notamment en fonction de l'âge : les symptômes sont rares chez les enfants et leur gravité augmente avec l'âge. Les symptômes les plus fréquents sont la fièvre, une perte d'appétit, une diarrhée, des nausées, des courbatures, des urines foncées, des selles de couleur grise et parfois un ictère (un jaunissement de la peau et des yeux). Ces symptômes restent bénins dans la plupart des cas et ne durent que quelques semaines. Une fois rétabli, vous serez immunisé à vie contre l'hépatite A. La maladie n'évoluera jamais vers une forme durable ou chronique, et la

guérison ne laisse aucune séquelle. Dans de rares cas, les symptômes sont plus graves, pouvant aboutir à une hépatite très sévère, dite fulminante, qui nécessite une transplantation en urgence. La mortalité liée à l'hépatite A reste cependant très faible, de l'ordre de 0,6 % des personnes infectées.

Existe-t-il des traitements ?

Il n'existe aucun traitement contre l'hépatite A, la maladie disparaissant en général spontanément en quelques semaines. Votre médecin vous demandera simplement de vous reposer, de vous hydrater et de vous alimenter convenablement.

Suis-je contagieux ?

Vous pouvez transmettre le virus de l'hépatite A à vos proches même si vous ne présentez aucun symptôme. Les premiers signes de la maladie apparaissent d'ailleurs plusieurs semaines après l'infection : durant ce laps de temps, vous êtes déjà contagieux. Si vous êtes porteur du virus de l'hépatite A, pour limiter les risques lavez-vous fréquemment les mains (en particulier en sortant des toilettes), nettoyez les poignées de porte, les lavabos et les toilettes avec un désinfectant, ne participez pas à la préparation de repas et évitez de partager les verres et les couverts.

Si vous n'avez jamais été contaminé, la meilleure prévention reste la vaccination, surtout pour les voyageurs se rendant dans des pays à bas niveau d'hygiène et pour les personnes souffrant de maladies hépatiques chroniques. Cette vaccination n'entraîne aucun effet secondaire sérieux. Avant de partir en voyage dans une région à risque, n'hésitez pas à vous rendre dans une consultation de médecine des voyages où l'on vous donnera des conseils pour limiter ces risques.