

## Hepatite C: 1. O que você precisa saber

- 1.1 O que é a hepatite C?
- 1.2 A hepatite C é igual a hepatite A e B?
- 1.3 Como se pega hepatite C?
- 1.4 O que a hepatite C causa?
- 1.5 O teste da hepatite C
- 1.6 A hepatite C e a sua saúde pessoal
- 1.7 O tratamento para a hepatite C
- 1.8 Prevenção da hepatite C na comunidade
- 1.9 Apoio e compreensão
- 1.10 Para mais informações

### 1.1 O que é a hepatite C?

A palavra “hepatite” significa inflamação do fígado. Esta inflamação pode ser causada por agentes químicos, drogas, abuso de bebidas alcoólicas ou viroses. A hepatite C ou “hep C” é causada pelo vírus da hepatite C.

### 1.2 As hepatites A ou B são iguais à hepatite C?

As hepatites A, B e C são vírus diferentes que podem causar inflamação do fígado. Cada um destes vírus pode ser transmitido de maneiras diferentes. Existem vacinas contra a hepatite A e a hepatite B, mas não existe uma vacina preventiva para a hepatite C. A infecção com vírus diferentes de hepatite também pode ocorrer ao mesmo tempo.

Aproximadamente 1 em cada 100 pessoas na Austrália e ao redor do mundo, tem hepatite C e muitos não sabem que portam o vírus. Pode-se ter hepatite C sem o saber porque os sintomas podem levar muitos anos a se manifestarem.

### 1.3 Como se pode apanhar hepatite C?

A hepatite C é transmitida quando o sangue de uma pessoa contaminada entra na corrente sanguínea de outra pessoa. Isto é chamado de contato sangue-para-sangue. Mesmo pequenas quantidades de sangue invisíveis ao olho nú podem transmitir o vírus. Existem muitos mitos em relação a como a hepatite C é transmitida, por isso é importante lembrar-se que:

Você pode apanhar hepatite C se:

#### Alto risco

- Tratamentos médicos ou dentários onde a pele é perfurada por instrumentos não esterilizados. Em muitos países, esta é a maneira mais comum de transmissão da hepatite C. Na Austrália, os bancos de sangue, as vacinações e as intervenções médicas são seguros.
- Reúso de equipamentos para injetar drogas usados por outras pessoas, incluindo esteróides – este é o modo mais comum de transmissão da hepatite C na Austrália.
- Tatuagem ou ‘Piercing’ feitos com equipamento não esterilizado.

#### Baixo risco

- Acidente com a agulha (picadelas) em funcionários da área de saúde.
- Transmissão da mãe para o bebê durante a gravidez ou durante o parto pode ocorrer se a mãe tiver hepatite C.
- Transfusões de sangue ocorridas na Austrália antes de 1990.

- Uso de objetos pessoais de outras pessoas, que possam conter sangue, como por exemplo: lâminas de barbear ou escovas de dente.
- Atividades sexuais onde o contacto do sangue dos parceiros possa ocorrer.
- Acidentes (picadelas) com agulhas de injetar drogas descartadas inapropriadamente em locais públicos.

A hepatite C existe em todos os países. Isto significa que o risco existe aqui na Austrália, no seu país de origem e em todos os outros países.

Não se apanha hepatite C:

- Usando o mesmo vaso sanitário utilizado por outras pessoas
- Usando talheres ou outros utensílios domésticos
- Tossindo, espirrando, beijando ou abraçando alguém
- Usando piscinas
- Através de picadas (picadelas) de mosquitos ou outros insetos

## 1.4 O que a hepatite C pode causar?

De 100 pessoas com hepatite C

- Uma em cada quatro pessoas irão eliminar o vírus naturalmente nos primeiros 12 meses
- O restante 75% irão continuar com o vírus nos seus corpos, mas podem não sofrer sintomas
- Sem tratamento médico, cerca de 30 pessoas irão desenvolver sintomas que se tornarão noticiáveis entre 10 a 15 anos depois da infecção
- Depois de 20 anos, cerca de 10 pessoas sem tratamento irão desenvolver sérias lesões no fígado. Entre estas 10 pessoas, cinco irão sofrer de falha renal ou câncer do fígado

Muitas pessoas com hepatite C não têm sintomas da hepatite C. Os sintomas mais comuns são: cansaço (fadiga), náusea e dores abdominais.

## 1.5 O teste da hepatite C

Aconselha-se fazer o teste da hepatite C se você:

- Fez tratamento médico, transfusão de sangue, foi vacinado ou teve qualquer outra intervenção médica em outros países e não tem certeza se o equipamento usado foi esterilizado.
- Fez tatuagem ou 'piercing' e não tem certeza se o equipamento utilizado foi esterilizado.
- Usou drogas injetáveis, compartilhou equipamentos para injetar drogas ou ajudou outros a injetarem-se (incluindo esteróides).
- Esteve preso e usou drogas (incluindo esteróides) ou compartilhou equipamentos de injetar drogas, lâminas de barbear ou escova de dentes.
- Recebeu uma transfusão de sangue na Austrália antes de Fevereiro de 1990.

A única maneira de saber se tem hepatite C é através de um exame de sangue. Um médico pode fazer este exame, dar-lhe mais informações sobre hepatite C e explicar-lhe também como o exame é feito.

Caso precise, obtenha a assistência de um intérprete. Intérpretes respeitam a sua privacidade.

Em algumas clínicas de saúde sexual o exame da hepatite C é gratuito e confidencial. Você não precisa ter um cartão do Medicare para se consultar numa clínica de saúde sexual.

## 1.6 A hepatite C e a sua saúde pessoal

Se você tem hepatite C é importante ir ao médico regularmente para se manter o mais saudável possível.

No seu Estado ou Território, o Conselho de Hepatite C (Hepatitis C Council) pode oferecer mais informações sobre como viver com hepatite C.

## 1.7 O tratamento para a hepatite C

Existem novos tratamentos para a hepatite C. Eles são eficazes, simples e com poucos efeitos colaterais.

Não só os novos tratamentos têm uma chance de 90-95% de cura da hepatite C, mas a duração do tratamento agora também é muito mais curta do que antes.

Os tratamentos podem ser prescritos por clínicos gerais (GPs), bem como especialistas, facilitando o acesso ao tratamento.

Os novos tratamentos são chamados antivirais de ação direta ou DAAS, e são tomados como comprimidos. Em alguns casos, outros fármacos chamados de *Ribavirin* e *Pegylated Interferon* podem ser incluídos no tratamento. *Pegylated Interferon* é dado em forma de injeções.

O tratamento leva de 8 a 24 semanas e é recomendado para todas as pessoas que vivem com hepatite C.

## 1.8 Prevenção da hepatite C na comunidade

A prevenção contra a transmissão do vírus da hepatite C é feita ao redor do mundo por:

- Vistoriando doações de sangue.
- Provendo equipamentos para injetar drogas e educação para pessoas que injetam drogas (redução dos riscos).
- Uso de práticas médicas tradicionais e equipamentos esterilizados.
- Tatuagem ou 'Piercing' com equipamentos propriamente esterilizados.

Os Programas de Trocas de Agulhas e Seringas (Needle Syringe Programs - NSP) reduzem os riscos associados com o uso de drogas injetáveis na Austrália e no mundo.

Há evidência na Austrália, de que os Programas de Troca de Agulhas e Seringas (NSP) além de pouparem bilhões de dólares à comunidade e de reduzirem o impacto pessoal, familiar e económico (econômico) causado por esta doença, são bem sucedidos na prevenção da transmissão da hepatite C.

## 1.9 Apoio e compreensão

A hepatite C pode causar estigma e mal entendidos. Isto pode fazer com que os seus portadores se sintam envergonhados e isolados. Apoio e compreensão podem tornar a convivência com a hepatite C mais fácil para os familiares, amigos e para a comunidade.

Um dos maiores dilemas para quem tem hepatite C é decidir a quem contar. Se alguém lhe revelar que é portador da hepatite C essa informação não deve ser divulgada à outras pessoas, a não ser que essa pessoa lhe autorize. Trair a confiança de alguém pode causar grandes problemas para esta pessoa.

Na Austrália é ilegal discriminar uma pessoa que é portadora da hepatite C, inclusive no emprego. Ninguém precisa revelar que tem hepatite C, a não ser que você esteja requisitando um seguro de vida ou queira doar sangue. Os funcionários da área de saúde são proibidos de divulgar informações pessoais dos seus clientes sem a permissão dos mesmos.

O Conselho de Hepatite C (Hepatitis C Council) no seu Estado ou Território oferece um serviço confidencial de informação e apoio sobre como contar sobre a hepatite C para outras pessoas, discriminação e emprego.

### **1.10 Para mais informações**

Se você precisar entrar em contato com algum desses serviços falando na sua própria língua, telefone para o Serviço de Tradutores e Intérpretes (Translating and Interpreting Service - TIS) discando 131 450 (pelo preço de uma ligação local). Peça por um intérprete e quando o intérprete o atender, peça para ligar para o número desejado. Assim você poderá falar com o serviço da sua escolha através de um intérprete.