INFORMACIÓN PARA PORTADORES DEL VIRUS DE LA HEPATITIS C

¿Qué es el hígado?

El hígado es un órgano vital situado en la parte superior derecha del abdomen, bajo el diafragma y protegido por las costillas.

¿Qué funciones tiene el hígado?

Filtra y transforma las diferentes sustancias tóxicas que le llegan directamente a través de la sangre.
Produce bilis para absorber las grasas de los alimentos.
La hepatitis vírica puede afectar a las personas de cualquier edad, sexo y condición social. En la mayoría de las personas la enfermedad es asintomática.

¿Qué son las transaminasas?

Son proteínas que se encuentran en el interior de las células de diferentes órganos. Las más importantes son la GOT O AST, la GPT o ALT. En el caso de que hepatitis se verían alteradas, aumentadas.

¿Qué es la carga viral?

Es la cantidad de virus que hay en el cuerpo, puede medirse en la sangre y es indicativa de infección activa.

¿Qué es el genotipo?

El virus de la hepatitis C se ha clasificado en más de seis grupos distintos en base a las diferencias genéticas y zonas geográficas mundiales. El genotipo tiene importancia clínica ya que condiciona en el tipo de tratamiento, duración y respuesta.

¿Es frecuente la infección por el virus de la hepatitis C?

La hepatitis C es una enfermedad muy frecuente y, en la actualidad, en el mundo occidental, constituye la primera causa de enfermedad crónica del hígado. En España la prevalencia de la infección por el virus es del 1 % de la población.

¿Existe vacuna contra la hepatitis C?

Actualmente no existe vacuna contra el virus de la hepatitis C.
Aunque usted este vacunado contra la hepatitis A y B, no esta protegido contra el virus de la hepatitis C.

¿Cuales son los mecanismos de transmisión de la hepatitis C?

El virus de la hepatitis C se transmite a través del contacto con la sangre de una persona infectada. La persona no infectada debe tener una herida abierta para que la infección se transmita.
Existen dos vías conocidas a través de las cuales usted se ha podido infectar con el virus de la hepatitis C.

- Vía parenteral: Trasfusiones, cirugía, uso compartido de jeringuillas, realización inadecuada de tatuajes, acupuntura,"piercings" e instrumentos para inhalación de cocaína u otras drogas, pinchazos accidentales con una aguja contaminada.
  La transmisión de la hepatitis C por transfusión sanguínea es prácticamente nula actualmente.
  La transmisión debido a trasplantes de órganos es poco frecuente, debido a los estudios que se realizan previos al trasplante.
- Vía no parenteral: transmisión intrafamiliar, sexual y perinatal.

¿Que medidas de prevención tengo que tener en cuenta?

Lleve una dieta sana, **evitando por completo el consumo de alcohol y tabaco.** En el caso de ser necesaria alguna restricción se lo indicaremos.
El sobrepeso puede acelerar la evolución, por lo que debe evitarse.
Ejercicio físico suave puede ser muy saludable.

PRECAUCIONES

- Usted no puede ser donante de sangre porque padece una enfermedad de transmisión por vía sanguínea.
  Si presentara una herida, arañazo o alguna lesión en la piel, y precisa de una persona para que le efectué la cura, indíquele que tome las precauciones para que no se manche con su sangre. A continuación, coloque un apósito sobre la herida hasta su cicatrización.

- Evite compartir los utensilios de higiene personal con otras personas, como el peine, el cepillo de dientes, la cuchilla de afeitar, el cortaúñas y otros utensilios de manicura, ya que puede producirse contagio por pequeñas erosiones de la piel.

- No comparta jeringas ni agujas para pinchar a otras personas.

- Los tatuajes o "piercings" deben realizarse en centros que utilicen material de un solo uso.

- En practicas de inhalación de drogas por vía intranasal, no comparta utensilios.

- Si su ropa se mancha de sangre puede lavarla junto con la de su familia, no precisa tratamiento especial, no hay riesgo de contagio.

- No existe ninguna recomendación especial en cuanto a la vajilla que utilice, excepto si presentara heridas sangrantes o lesiones en la boca. En este caso, deben lavarse la vajilla con detergente, agua caliente y lejía.

- No existe documentación de transmisión a través del sudor, lagrimas o saliva.

VIDA SEXUAL

- La transmisión sexual del virus de la hepatitis C es poco frecuente pero posible. La utilización del preservativo elimina el riesgo de transmisión por vía sexual. Es importante que comunique a su pareja si usted padece una infección por el virus de la hepatitis C para, entre ambos, decidir la actitud a tomar.

- Si no tiene pareja estable, debe utilizar preservativo en todas las ocasiones.

- Si mantiene relaciones durante la menstruación, es indispensable el uso del preservativo, porque hay contacto directo con la sangre.

- En la práctica del sexo anal, es aconsejable el uso del preservativo, por riesgo de lesiones en la mucosa.

- En la practica del sexo oral, el virus de la hepatitis C no se transmite por vía oral, excepto en las personas que padecen ulceras bucales o encías sangrantes. En estos casos, se recomienda el uso del preservativo.

VIA PERINATAL

- En el embarazo, el riesgo de transmisión de la hepatitis C de la madre al recién nacido es bajo 3% - 5%.

- Lactancia materna: No hay evidencia de la transmisión del virus de la hepatitis C madre-hijo a través de la lactancia materna. Si usted estuviera en tratamiento con interferón, ribavirina e inhibidores de proteasa debe abstenerse de amamantar a su hijo.

¿Cómo convivir con la hepatitis C?

- No hay ningún impedimento para la práctica laboral habitual, salvo que padezca una enfermedad hepática avanzada.

- Uso de medicamentos: Advierta a su médico y enfermera/o que padece esta enfermedad. Evite automedicarse.