

Português

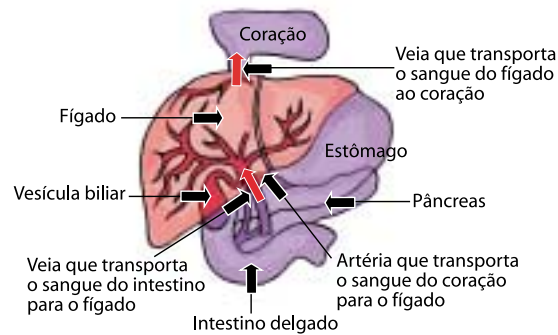
Hepatite C

Fármacos preventivos

**TACKLING
DRUGS
CHANGING
LIVES**

O fígado

O fígado é a fábrica química do seu corpo a executar centenas de funções complexas vitais para a vida. É um órgão que não se lamenta muito e consegue executar muitas das suas funções com **apenas** uma pequena parte a funcionar.



O fígado:

- produz energia rapidamente quando necessário
- armazena os açúcares, as vitaminas e os minerais, incluindo o ferro
- produz bilis para ajudar a digestão
- neutraliza certos venenos
- controla a produção do colesterol
- mantém o equilíbrio hormonal
- ajuda o corpo a produzir factores imunes para resistir a infeções
- regenera o seu próprio tecido.

Este folheto visa prestar informações a título meramente informativo. Antes de agir procure os conselhos de um profissional, de um médico ou outros conselhos. O Consórcio Britânico para a Luta contra a Doença do Fígado (British Liver Trust) não se responsabiliza por acções tomadas ou não em resultado do conteúdo deste folheto.

O que é a hepatite?

A hepatite é uma inflamação do fígado. A causa mais comum é uma infecção causada por um vírus mas a inflamação também pode ser causada pela ingestão de álcool em demasia, pelos efeitos secundários de alguns fármacos e químicos, e por uma doença do fígado chamada hepatite auto-imune, na qual o sistema imunitário falha e ataca o fígado.

Há vários vírus que afectam o fígado, principalmente a hepatite A, B, C, D e E. A diferença principal entre os vírus é o modo como eles se propagam, o modo como eles causam os danos ao fígado e os efeitos que podem ter na saúde.

*Para mais informações sobre a **hepatite A, C, D e E**, visite o website do Consórcio Britânico para a Luta contra a Doença do Fígado (British Liver Trust) em www.britishlivertrust.org.uk (não está disponível em Português).*

O que é a hepatite C?

A hepatite C, às vezes referida como hep C ou VHC, é uma doença do fígado causada pelo vírus da hepatite C.

Sintomas

Geralmente a hepatite é descrita como uma doença ou **aguda** ou **crónica**. Uma doença aguda significa uma doença intensa e de curta duração, que pode ser grave, mas a maioria das pessoas recupera dentro de poucas semanas sem quaisquer efeitos duradouros. Uma doença crónica é uma que perdura por muito tempo, possivelmente para o resto da vida da pessoa.

A hepatite C permanece crónica em muitos casos mas afecta as pessoas de maneira muito diferente. Muitos não têm sintomas e frequentemente desconhecem que têm o vírus. Quando presentes os sintomas podem ser vagos. Algumas pessoas

experimentam um cansaço extremo e sentem-se adoentados.

Algumas pessoas sofrem uma doença semelhante à gripe, com náusea ocasional, vômitos e icterícia, mas isto não é comum.

Os sintomas podem incluir:

- cansaço moderado a grave
- ansiedade
- perda de peso
- perda de apetite
- intolerância ao álcool
- dores na zona do fígado
- problemas de concentração ("brain fog")
- má disposição
- sintomas semelhantes à gripe, tais como febre, arrepios, suores nocturnos e dores de cabeça
- icterícia.

Alguns dos sintomas podem ir e vir e, não tem sido fora do comum haver pessoas que são diagnosticadas com ME, ou síndrome de fadiga crónica. O fígado é um órgão que não se lamenta muito e a maioria das pessoas não se apercebe que ele não está a funcionar adequadamente até que a doença se manifeste num estado avançado.

Aproximadamente 20% das pessoas infectadas fica completamente curada; não se sabe porque é que algumas pessoas combatem a infecção com sucesso. As restantes permanecem infectadas, o que significa que o fígado destas pessoas continua inflamado. Muitos terão simplesmente uma inflamação moderada que poderá nunca desenvolver-se. Outros desenvolverão uma cirrose, em alguns casos 20, 30 ou até 40 anos após terem contraído a infecção.

Hepatite C crónica

A hepatite C é descrita como crónica quando a infecção dura mais do que seis meses. O fígado

continua inflamado e, com o tempo, a inflamação danifica as células do fígado. Os danos podem ser sérios em algumas pessoas mas em outras não causa qualquer problema. Infelizmente o grau de lesão no fígado tem pouca correlação com a severidade dos sintomas. Na maioria dos casos a infecção não se manifestará por bastante tempo. Os médicos não podem prever quem irá ou não desenvolver uma doença do fígado grave.

A cirrose é...

A cirrose é o termo clínico para descrever o desenvolvimento excessivo de tecido fibroso (fibrose) dentro do fígado, independentemente da causa subjacente. Geralmente quando o fígado é gravemente danificado, algumas das células morrem e o órgão regenera-se a si mesmo sem cicatrização.

Se um processo de doença crónica ou repetida danifica o fígado, então a cicatrização ocorre. Normalmente este processo começa devagar e progride ao longo de muitos anos sem causar quaisquer sintomas. Eventualmente o excesso de tecido fibroso cresce e começa a interferir com algumas das funções vitais do fígado. Nesta fase o fígado já não consegue regenerar-se a si mesmo de um modo suficiente. Os sintomas podem desenvolver-se em qualquer fase mas normalmente ocorrem relativamente tarde no processo de cicatrização. Muitos dos sintomas são causados pelas complicações da cirrose quando ocorre uma falha do fígado.

A cirrose é irreversível, no entanto pesquisas recentes começaram já a identificar como ocorre a cirrose, o que leva à possibilidade de desenvolvimento de novas drogas que combatam o processo de cicatrização do fígado.

Para mais informações leia o folheto intitulado '[Cirrhosis](#)' (Cirrose) publicado pelo Consórcio Britânico para a Luta contra a Doença do Fígado

(British Liver Trust) ou no website www.britishlivertrust.org.uk/content/diseases/cirrhosis.asp (não está disponível em Português).

Efeitos tardios da cirrose

Hemorragia interna

O sangue que vem dos intestinos e alimenta o fígado não consegue atravessar o fígado endurecido antes de regressar à circulação normal. Esta obstrução ao fluxo de sangue causa uma contra-pressão no sistema, o que causa veias dilatadas (varicoses) no revestimento do esófago e do estômago porque o sangue está a tentar encontrar um meio de contornar o fígado cicatrizado. As veias varicoses podem rebentar e causar hemorragias internas graves, o que se traduz em sangue vomitado ou sangue alterado presente nas fezes (defecação preta ou cor de piche). Estes sintomas devem receber tratamento médico urgente.

Efeitos no cérebro

O fígado processa resíduos que de outro modo afectariam o cérebro. Com uma doença grave o fígado não consegue retirar estes resíduos e estes são transportados ao cérebro pelo sangue. Os sintomas podem variar de pequenos lapsos de memória a diálogo distorcido, confusão e inconsciência. Com tratamento estes efeitos podem ser invertidos.

Retenção de líquidos

A doença grave do fígado altera o modo como o corpo processa os líquidos - o excesso de água é retido pelo corpo e o aumento de dimensão do abdómen e/ou pernas inchadas pode tornar-se evidente (devido à retenção de líquidos nas cavidades próximas do intestino). À acumulação de líquidos dá-se o nome de ascite.

Cancro do fígado

Na sequência de uma cirrose algumas pessoas contraem cancro do fígado. Um transplante do

figado pode ser viável se a pessoa desenvolveu o cancro primário do figado, desde que não tenha progredido muito para além do figado e afectado outras partes do corpo.

Como é que a hepatite C é transmitida?

Contacto com o sangue

Uma pequena quantidade de sangue - pequena demais para ser observada a olho nu - proveniente de alguém que é portador do vírus, irá transmitir a infecção se entrar na corrente sanguínea de outra pessoa, por exemplo através de uma ferida aberta, um corte ou um arranhão.

No Reino Unido as doações de sangue têm sido devidamente submetidas a um rastreio de hepatite C desde Setembro de 1991. Algumas pessoas que receberam sangue ou produtos derivados do sangue antes dessa data podem estar infectados, os hemofílicos por exemplo (e grávidas que receberam anti-D, na República Irlandesa, para tratamento da incompatibilidade de Rhesus). O sangue e os produtos derivados do sangue podem não ser rastreados em alguns países estrangeiros.

Sexo

A transmissão da hepatite C através do contacto sexual não é comum mas é provável que ocorra ocasionalmente. Os médicos não têm a certeza se a infecção que ocorre entre parceiros deve-se à exposição sexual ou a outras razões, por exemplo, partilhar artigos pessoais como uma escova de dentes ou uma lâmina para a barba.

As pessoas com mais de um parceiro sexual são aconselhadas a usar preservativos, visto haver provas de que as pessoas com muitos parceiros sexuais correm um risco acrescido de serem infectadas. Os preservativos podem reduzir o risco de infecção, e de todas as outras infecções transmitidas sexualmente.

Naturalmente os casais preocupam-se frequentemente com o passar da infecção um ao outro, mas

quando um parceiro é positivo e o outro negativo após muitos anos, parece razoável aconselhar que é desnecessário mudar e passar a usar preservativos para se protegerem. Quando a mulher tem hepatite C é melhor evitar-se contacto sexual por penetração durante um período.

Contacto social normal

Não se adquire a infecção através do contacto social normal, através do contacto com a pessoa infectada ou através de uma chávena por exemplo. No entanto, se você for VHC positivo, é sensato usar como precaução os seus próprios artigos, tais como escova das unhas, tesouras ou lâmina de barbear e de ser meticoloso em limpar qualquer sangramento de cortes ou arranhões por exemplo. Deve usar lixívia pura para limpar o sangue do chão ou de superfícies de trabalho. Os arranhões, cortes ou feridas devem ser limpos cuidadosamente e cobertos com um penso ou curativo à prova de água.

Consumo de drogas injectáveis

Provas actuais sugerem que cerca de 50% a 80% dos utilizadores no passado e no presente podem estar infectados com hepatite C. Eles são infectados por partilhar qualquer equipamento usado no processo de injectar-se porque é provável ter contaminação invisível com o sangue. Basta partilhar uma só vez o equipamento usado para injectar-se para ficar exposto ao vírus - e isso pode ter acontecido há anos atrás.

Um crescente número de pessoas que se injectou algumas vezes há muitos anos atrás, estão agora a ser diagnosticados como tendo hepatite C.

Recentemente houve algumas preocupações sobre partilhar os canudos com que se inala a cocaína porque ao fazê-lo a infecção pode ser contraída se houver hemorragia nasal. Para mais informações sobre o uso de drogas injectáveis, queira pedir uma cópia da nossa brochura [Injecting Drug Use and](#)

Hepatitis C (Uso de drogas injectáveis e Hepatite C)
(não se encontra disponível em português).

Acupunctura, tatuagens e piercings

Poucas pessoas ficaram infectadas pelo uso de agulhas não esterilizadas em piercings, acupunctura e tatuagens. O melhor modo de se proteger é assegurar-se do uso de agulhas descartáveis e que as agulhas saem de um pacote estéril.

Saliva

O vírus tem sido detectado na saliva, mas é pouco provável que seja transmitido pelo beijo. Para reduzir a possibilidade de infecção é aconselhável não usar a escova de dentes de outra pessoa e manter uma boa higiene oral.

Transmissão vertical (mãe-feto)

O risco de uma mãe com hepatite C infectar o seu bebé durante a gravidez ou durante o parto é de cerca de 6%. Não se sabe quando ocorre, se é no útero, durante o parto ou imediatamente após o parto, mas não ocorre durante a concepção.

Às vezes os bebés têm anticorpos contra o vírus, mas estes desaparecem quando o bebé tem 12 a 18 meses de idade. O que significa que os anticorpos são adquiridos da mãe e que o bebé nunca foi infectado com o vírus.

Visto que o teste normal é para a detecção de anticorpos, pode não ser possível determinar se o bebé está infectado até que este tenha mais de um ano de idade, mas há um teste do próprio vírus - o teste da reacção de polimerização em cadeia ("PCR test") - que pode detectar a presença do vírus nos primeiros meses. Os médicos ainda não sabem se a doença que ocorre quando um bebé é infectado tornar-se-á grave.

As mães infectadas preocupam-se frequentemente com o facto de poderem passar o vírus aos seus filhos. Desde que todas as precauções indicadas abaixo sejam seguidas, o risco de transmissão

dentro do agregado familiar é baixo. Beijar e abraçar uma criança é seguro.

Amamentação

A maioria dos médicos considera a amamentação segura se a mãe não tiver nenhuns sintomas. Em teoria a infecção poderia ser possível se os mamilos da mãe estivessem gretados e sangrassem e o bebé tivesse um corte na boca.

Desconhecido

Em alguns casos os médicos não sabem como as pessoas ficam infectadas.

Evitar a infecção

- use lixívia pura caseira para limpar o sangue do chão e superfícies de trabalho
- limpe cortes e feridas cuidadosamente e cubra-as com um curativo à prova de água
- utilize a sua própria escova dos dentes, lâmina de barbear, tesoura e outros artigos pessoais
- se tem múltiplos parceiros considere a prática de sexo seguro
- se for VHC positivo não se registre como doador de órgãos nem faça a doação de sangue e sémen
- assegure-se de que agulhas estéreis são usadas para acupunctura, tatuagens e piercings tanto no corpo como nas orelhas
- se injectar drogas utilize equipamento esterilizado, isto inclui seringas, filtros, colheres e água - nunca partilhe o seu equipamento com ninguém, sejam quais forem as circunstâncias
- lave as mãos após qualquer incidente que envolva sangue - o seu e o de qualquer outra pessoa
- use luvas de borracha se tiver que manusear sangue de alguém ou quaisquer artigos que possam estar contaminados com sangue.

Exames

Há muitos testes diferentes que podem ser feitos às pessoas que suspeitam estarem infectadas com hepatite C ou em quem a hepatite C foi diagnosticada. Estes testes ajudam no diagnóstico da doença, ou como um meio de seguir o seu progresso, ou para ver a resposta ao tratamento.

Análises ao sangue

Os anticorpos da hepatite C podem ser detectados através de uma análise ao sangue. O teste que há disponível, chamado 'teste anti VHC', procura anticorpos da hepatite C produzidos pelo sistema imune em resposta ao vírus. Este não é o teste do vírus. Há vários testes de anticorpos, e os resultados destes dizem aos médicos coisas ligeiramente diferentes.

Um teste de anticorpos positivo irá geralmente ser confirmado pela mesma amostra através de um segundo teste anticorpos e depois mais tarde por outro teste de outra amostra. Um resultado positivo, conhecido como anti VHC positivo, mostra que em determinada ocasião uma pessoa foi exposta ao vírus. Não detecta se o vírus ainda está presente ou se a pessoa está infecciosa.

Pode levar muito tempo, muitas vezes alguns meses, para os anticorpos aparecerem no sangue depois deste ter sido infectado. Isto ocorre geralmente 8 a 12 semanas após a exposição ao vírus mas ocasionalmente pode levar seis meses ou mais. Isto significa que o teste de anticorpos tirado cedo demais pode não detectar a hepatite C.

Se o especialista for da opinião que é necessário, existem outras análises ao sangue que podem ser feitas para determinar uma infecção contínua, o teste da reacção de polimerização em cadeia ou o teste de ARN ("PCR" or "viral RNA" test). Um teste para determinar a infecção contínua cujo resultado deu negativo não significa necessariamente que o

vírus desapareceu. O vírus pode ainda estar presente noutra local no corpo, mas não detectável no sangue.

Conforme mencionado, estes testes nem sempre são conclusivos e devem ser interpretados por especialistas.

Teste das funções do fígado (LFTs)

Os testes das funções do fígado (LFTs) são feitos através de análises ao sangue que analisam as substâncias na corrente sanguínea que indicam que o fígado está danificado. No entanto, estes nem sempre são bons indicadores dos danos no fígado e não detectam a presença do vírus. Os níveis do teste das funções do fígado podem flutuar através do desenrolar da doença. Às vezes estes níveis estão normais mas isto não prova que o fígado não esteja danificado.

Biopsia ao fígado

A única maneira de avaliar a quantidade de dano no fígado é através de uma biopsia (embora uma ecografia possa ser útil). A biopsia envolve a colheita de uma pequena amostra do tecido do fígado para ser examinado sob um microscópio. O teste é geralmente feito sob anestesia local. Uma agulha muito fina é introduzida através da pele até ao fígado e uma pequena amostra de tecido é retirada por aspiração para dentro da agulha.

Para a maioria das pessoas este procedimento é desconfortável, mas ocasionalmente para algumas pessoas é muito desconfortável. Em muitos hospitais este procedimento é feito como consulta externa, em outros é necessário ficar internado por uma noite. Os resultados da biopsia são classificados e faseados de acordo com o grau de inflamação e cicatrização.

Estirpes de hepatite C

O vírus da hepatite C não é um tipo único de vírus. Há genótipos diferentes ('estirpes') da hepatite C com numerosos subtipos. O quão comuns os

diferentes genótipos são diferentes de país para país. Os tipos 1, 2 e 3 são os mais comuns no Reino Unido, na Europa e nos EUA. Os subtipos são rotulados de a, b e c, etc.

É possível ser infectado por um genótipo diferente ou ser infectado com dois genótipos ao mesmo tempo. Os genótipos diferentes não parecem resultar em padrões diferentes de doença, mas estes diferem na sua resposta ao tratamento; sendo o genótipo 1 o mais resistente.

Em resultado disto, um teste é geralmente feito para determinar o genótipo antes do tratamento ser aconselhado. Os resultados dos vários testes podem ser confusos e requerer a interpretação de um especialista. É importante que as pessoas que têm hepatite C sejam encaminhadas para um especialista, que deve ser um hepatologista ou um gastroenterologista com conhecimento da doença do fígado.

Tratamento

Actualmente, a hepatite C é tratada com a combinação de dois medicamentos, o interferão e a ribavirina. Isto é conhecido como terapia combinada. Previamente usava-se apenas o interferão alfa mas este tratamento só era bem sucedido num pequeno número de pessoas. Actualmente o interferão-alfa peguilado - uma versão modificada do interferão-alfa clássico que resulta numa versão de acção prolongada - já está disponível. Em consequência disso pode funcionar de modo diferente no corpo. Ao tratar a hepatite C, o interferão-alfa peguilado combinado com a ribavirina substituem a terapia sem o interferão-alfa peguilado e ribavirina.

Experiências provam agora que a combinação de medicamentos melhora o grau de resposta. O grau de resposta usando o interferão-alfa peguilado junto com a ribavirina estão na ordem dos 55% (para o genótipo 1 os resultados são de 45% e para os genótipos 2 e 3 em cerca de 80%). Para as

poucas pessoas que não toleram a terapia combinada, o uso de apenas o interferão-alfa é por vezes benéfico.

No entanto, nem todas as pessoas são consideradas apropriadas para receber tratamento. Algumas pessoas só precisam de uma avaliação regular para detectar se os danos no fígado estão a ocorrer ou a progredir. Factores tais como a idade, género, genótipo da hepatite C, duração da infecção, grau do dano no fígado e se a cirrose se desenvolveu são factores importantes a considerar na decisão da probabilidade de eficácia do tratamento.

O Interferão é...

O interferão é um medicamento feito pelo homem que copia o interferão produzido naturalmente pelo organismo como parte da resposta do corpo a uma infecção viral.

O objectivo deste medicamento é evitar que o vírus se multiplique e cause mais danos ao fígado. Uma nova forma de interferão-alfa, conhecido como peguilado encontra-se agora disponível, o qual ao ser usado em ensaios clínicos de diferentes tipos mostrou um maior benefício, particularmente quando combinado com a ribavirina.

O interferão-alfa não peguilado é injectado normalmente três vezes por semana, e o interferão-alfa peguilado é injectado uma vez por semana durante 6 a 12 meses. As pessoas aprendem a injectar-se a elas mesmas após serem cuidadosamente ensinadas, usando uma técnica semelhante àquela usada para tratar a diabetes.

A Ribavirina é...

A ribavirina também é um medicamento feito pelo homem usado contra uma gama de diferentes vírus. Para o tratamento da hepatite C é usado com o interferão (não-peguilado ou peguilado), mas nunca sozinho. O medicamento é tomado por via oral duas vezes por dia.

Enquanto sob tratamento com a ribavirina, e

durante os seis meses após o tratamento ter terminado, é de importância vital que tanto o homem como a mulher usem contraceptivos. Isto porque o bebé concebido durante o tratamento com ribavirina pode ser afectado.

Efeitos secundários do tratamento

Tanto o interferão-alpha peguilado como o não-peguilado e a ribavirina produzem efeitos secundários na maioria das pessoas, especialmente na fase inicial do tratamento, embora a severidade varie de pessoa para pessoa. Os efeitos secundários incluem sintomas parecidos com a gripe, fadiga, dores de cabeça, náusea, anemia e depressão. Ocasionalmente podem haver outros efeitos secundários. Os sintomas parecidos com a gripe podem frequentemente ser tratados com paracetamol e muitas pessoas sentem-se melhor após algumas semanas.

Algumas pessoas que sofrem de efeitos secundários particularmente acentuados podem não tolerar uma dose completa ou um curso de tratamento completo. Vários tipos de análises ao sangue são essenciais durante o tratamento devido à diversidade de efeitos secundários, em particular a anemia.

É importante manter consultas regulares com o médico para que os efeitos secundários e o progresso possam ser cuidadosamente monitorizados. Receber tratamento com esta terapia combinada requer um compromisso significativo e apoio durante o período em que alguém o está a receber.

Qualquer pessoa com hepatite C deve ser acompanhada regularmente por um especialista, quer o tratamento seja presentemente considerado apropriado ou não.

A hepatite C é um dos vírus hepáticos descobertos mais recentemente e existem certos aspectos da doença que ainda não foram completamente compreendidos.

A avaliação regular é necessária para permitir tirar partido da nova pesquisa, para detectar se os danos no fígado estão a ocorrer ou a progredir e para decidir se o tratamento é apropriado.

Transplante do fígado

Para algumas pessoas com cirrose que desenvolvem complicações com perigo de morte, o transplante do fígado é uma opção. Para 60 a 80% das pessoas que estão desesperadamente doentes, esta cirurgia tem sucesso. O vírus infecta o novo fígado e pode por vezes causar uma doença grave depois de alguns anos.

Cuidados complementares

Os cuidados complementares são os cuidados que complementam (adicionais) o tratamento médico ortodoxo. Muitas pessoas com hepatite C consideram receber cuidados complementares como um suplemento ao tratamento médico ortodoxo. Existem várias formas de cuidados complementares, tais como massagem, aromaterapia, reflexologia, tai chi e meditação, que as pessoas acham ser de ajuda no alívio de sintomas tais como cansaço e dores nos músculos. Estas terapias ajudam o corpo e a mente a relaxar e elevam a sensação de bem-estar.

A medicina tradicional chinesa, a acupunctura e herbalismo, são outras das terapias que são por vezes consideradas pelas pessoas que têm hepatite C. Se está a pensar considerar um tratamento complementar como parte dos seus cuidados de saúde é importante que considere os benefícios e os riscos. Nem todas as medicinas complementares são seguras ou eficientes, o mesmo se aplica ao tratamento médico ortodoxo. Assegure-se que o seu médico de medicina alternativa está registado com um órgão acreditado e tem bastantes conhecimentos sobre a hepatite C.

Pode obter mais informações sobre cuidados complementares através das organizações indicadas no final deste folheto.

Dieta

As pessoas com hepatite C perguntam frequentemente se devem ou não seguir uma dieta especial. Para a maioria, particularmente aqueles que se sentem bem a resposta é não. Assim como qualquer outra pessoa deve simplesmente comer uma dieta bem equilibrada com tudo em moderação e sem excessos.

Isto significa comer refeições regularmente, incluindo bastante fruta e legumes e evitar refeições com bastante gordura ou açúcar. Assim como a maioria das pessoas precisa de comer duas refeições por dia que providenciem uma boa fonte de proteína tais como carne, galinha, peixe, ovos, nozes, leguminosas, feijões, queijo, leite e produtos lácteos.

Comer uma variedade de alimentos irá assegurar que as refeições são agradáveis ao mesmo tempo que provêm o fornecimento adequado de vitaminas e minerais. A maioria das pessoas que se alimenta bem não precisa de suplementos de vitaminas, mas se estiver preocupado peça orientação ao seu médico.

As pessoas que sofrem de sintomas relacionados com a hepatite C precisam de aconselhamento suplementar sobre o modo como se alimentar bem. O folheto [Diet and Liver Disease](#) (A dieta e a doença do fígado) contém informação adicional sobre como lidar com a falta de apetite e o enjoo ou então visite o website do Consórcio Britânico para a Luta contra a Doença do Fígado (British Liver Trust) em

www.britishlivertrust.org.uk/content/liver/diet.asp (não está disponível em Português). Caso esteja ainda preocupado peça ao seu médico que o encaminhe para um Dietista devidamente registado para obter aconselhamento para o seu caso em particular.

Álcool

Idealmente qualquer pessoa com hepatite C não deve beber, ou então deverá beber bebidas alcoólicas em quantidades mínimas; certamente dentro dos limites recomendados de ingestão de álcool (21 unidades por semana para os homens e 14 para as mulheres). O folheto [Alcohol and Liver Disease](#) (Álcool e a doença do fígado) contém mais informações assim como o website do Consórcio Britânico para a Luta contra a Doença do Fígado (British Liver Trust) em www.britishlivertrust.org.uk/content/diseases/alcohol.asp (não está actualmente disponível em Português).

Questões a considerar antes dos testes

Se está a pensar fazer um teste da hepatite C, existem certas questões que talvez deva considerar. Será melhor discutir as suas preocupações com um profissional de saúde tal como o seu médico, um conselheiro de saúde ou um funcionário especialista em medicamentos. Existem também enfermeiros especialistas que trabalham em alguns hospitais, os quais são formados para ajudar as pessoas a fazer frente à hepatite e aos seus sintomas.

Seguro/crédito à habitação

A maioria das companhias de seguros pergunta aos requerentes se eles foram testados contra o VIH, hepatite B e hepatite C. Um resultado positivo pode significar que um seguro de vida ou um empréstimo à habitação directamente ligado a um seguro de vida seja recusado ou que haja um aumento do prémio de seguro. Se isto acontecer, é aconselhável falar com o seu médico porque muitos médicos consultores estão na disponibilidade de escrever a uma companhia de seguros ou provedor de um empréstimo à habitação, e declarar o estado da sua saúde e a sua expectativa de vida.

Comunicar a quem?

Esta é frequentemente uma decisão difícil. Um resultado positivo pode afectar a família ou o

parceiro sexual da pessoa. Estas pessoas afectadas podem querer considerar ser testadas. Vale a pena lembrar que ainda existe um nível de ignorância sobre a doença entre o público em geral. Houve casos em que as pessoas perderam os seus empregos, viram os seus tratamentos médicos ou dentais recusados e as crianças estigmatizadas na escola. Normalmente é possível obter tratamento médico ou dentário noutra local se isto acontecer. Medidas protectivas simples são suficientes para proteger os cuidadores de saúde e os contactos de serem infectados.

Confidencialidade

Confidencialidade é geralmente uma preocupação. A maioria das agências de medicamentos e as clínicas de medicina genito-urinária (GUM clinics) oferecem um serviço confidencial.

No entanto se o médico de clínica geral efectua o teste, os resultados ficarão registados e o médico pode ser obrigado a divulgar a informação se lhe perguntarem, por exemplo para um exame médico para uma candidatura a emprego ou para um seguro.

Glossário - Hepatite C

Anticorpos (antibodies) - substâncias específicas produzidas pelo corpo para efeitos de neutralizar uma substância estrangeira, que faz parte de uma reacção de defesa

Ascite (ascites) - grande acumulação de líquidos na cavidade que rodeia o intestino

ELISA (Enzyme Linked Immunosorbent Assay) - teste imunoenzimático- este é um método de laboratório usado para testar os anticorpos

Encefalopatia (encephalopathy) - distúrbio na função cerebral

Enzima (enzyme) - substância produzida pelo corpo para executar um trabalho químico (medida com o teste de função do fígado)

Gastroenterologista (gastroenterologist) - especialista em doenças do esófago, estômago e intestinos e é formado em doenças do fígado

VHC (HCV) - Vírus da hepatite C

Hepatologista (hepatologist) - especialista em doenças do fígado

Icterícia (jaundice) - doença na qual a parte branca dos olhos se torna amarela e em casos mais graves torna a pele também amarela. Isto é causado pelo pigmento amarelo (bilirrubina) de que o fígado normalmente se desfaz

ME (Myalgic Encephalomyelitis) - também conhecida como síndrome da fadiga crónica: uma doença em que a pessoa sente-se sempre cansada sem uma razão médica clara

Varizes esofágicas (oesophageal varices) - varizes no esófago

Teste de reacção de polimerização em cadeia (PCR - Polymerase Chain Reaction) - refere-se a um método usado em laboratório para testar o vírus em si

RIBA (Recombinant Immunoblot Assay) - descreve o método para testar os anticorpos em laboratório

Seroconversão (seroconversion) - uma alteração na análise ao sangue, na qual algo relacionado com o vírus aparece (pode ser um antígeno, um anticorpo ou o próprio vírus)

Tai chi - uma forma de exercício suave, lento e leve, desenvolvido na China há milhares de anos atrás e que pode ser praticado por pessoas de todas as idades

Medicina Tradicional Chinesa (TCM -Traditional Chinese Medicine) ou medicina herbal chinesa que tem sido usada por muitas pessoas com hepatite para melhorar ou controlar os sintomas

Carga viral (viral load) - a quantidade de vírus no sangue

Organizações de cuidados complementares

Associação Britânica de Medicina Complementar
(British Complementary Medicine Association)

Telefon: 01242 519911

E-mail: info@bcma.co.uk

Website: www.bcma.co.uk

Associação Britânica de Medicina Holística (British
Holistic Medical Association)

Telefon: 01273 725951

E-mail: bhma@bhma.org

Website: www.bhma.org

Fundada por médicos, providência informação por escrito ou ao telefone em todos os aspectos de cuidados holísticos.

Para obter mais informações sobre a hepatite C, ou para fazer um teste ou para apanhar uma vacina contra a hepatite B, contacte o seu médico de clínica geral ou o serviço informativo sobre drogas e álcool da sua área:

Serviço Comunitário sobre Álcool e Drogas
(Community Alcohol and Drugs Service - CADS)

Telefone: 01553 815171
North House
Goodwins Roads
King's Lynn, PE30 5PD

Serviço de Apoio sobre Álcool e Drogas
(Trust Alcohol and Drug Service)

Telefone: 01603 671900
Bure Centre
7 Unthank Road
Norwich, NR2 2PA

Serviço de Apoio sobre Álcool e Drogas de Suffolk
Oeste (West Suffolk Drug and Alcohol Service -
WSDAS)

Telefone: 01284 775275
Breckland House
St Nicholas Street
Thetford, IP24 1BT

Os três serviços acima fazem parte do **Esquema de troca de seringas e agulhas de Norfolk (Norfolk Needle and Syringe Exchange Scheme)** o qual tenciona fornecer equipamento de injectar limpo aos utilizadores de drogas intravenosas num esforço de parar uma possível propagação de vírus transportados pelo sangue tais como a hepatite C e o VIH. Para obter uma lista completa destes locais de troca por favor consulte o website da equipa de apoio a problemas com drogas e álcool de Norfolk (Norfolk Drug and Alcohol Team)

www.nordat.org.uk

Se desejar encomendar mais cópias deste folheto contacte o Serviço de Publicações de Saúde (Health Information Leaflet Service) pelo telefone 01603 307208 ou encomende através do catálogo em linha em www.heron.nhs.uk

Pode ainda descarregar cópias desde folheto em Inglês e Português do website da Equipa de Acção em matérias de Álcool e Drogas de Norfolk (Norfolk Drug and Alcohol Team - DAAT) em www.nordat.org.uk

If you would like to order more copies of this booklet please contact the Health Information Leaflet Service on 01603 307208 or order from the on-line catalogue at www.heron.nhs.uk

Copies of the booklet in both English and Portuguese can also be downloaded from the Norfolk Drug and Alcohol Team (DAAT) website at www.nordat.org.uk

INTRAN

Se quiser receber este folheto em impressão de letra grande, em áudio, em formato Braille, outro formato ou num idioma diferente, contacte a Equipa de Informação sobre Saúde (Health Information Team) pelo telefone 01603 307416 e faremos os possíveis por ajudar.



Equipa de Acção em matérias de Álcool e Drogas de Norfolk (Norfolk Drug and Alcohol Action Team)

Este logótipo representa todas as agências parceiras da Equipa de Acção em matérias de Álcool e Drogas:



Educação, Serviços Sociais, Polícia, Saúde, Serviços Prisionais, Equipas de Apoio a Delinquentes Juvenis, Connexions, Autoridades Locais e Unidades de Tratamento de Álcool e Droga de Norfolk.

**Agradecimentos ao British Liver Trust
(Consórcio Britânico para a Luta contra a
Doença do Fígado) por ter permitido a
reprodução da informação a partir da
brochura original.**

www.nordat.org.uk

Publicado pela Equipa de Acção em matérias de
Álcool e Drogas de Norfolk Norfolk Drug and
Alcohol Action Team - Março 2005

