

## Ви не можете заразити гепатитом С через:

- чихання або кашель;
- поцілунки або обійми;
- грудне вигодовування;
- їжу або воду;
- спільне використання посуду або склянок;
- випадковий контакт (як-от на роботі).

Вам не потрібно уникати догляду за дітьми, школи, роботи чи інших видів діяльності, тому що у вас є гепатит С. Якщо вам потрібна порада щодо гепатиту С і вашої роботи, ваш спеціаліст проконсультує вас.

## Чи є вакцина проти гепатиту С?

Ні, зараз немає вакцини для захисту від гепатиту С.

## Чи є лікування гепатиту С?

Так. Лікування гепатиту С протягом останніх років значно поліпшилося. Розроблено нові противірусні препарати, які називаються противірусними засобами прямої дії. Вони ефективно очищують кров від вірусу багатьох людей, які проходять лікування. Національна програма лікування гепатиту С Служби охорони здоров'я Ірландії (HSE) була створена для того, щоб люди, які живуть з гепатитом С в Ірландії, мали доступ до відповідних варіантів лікування.

## Як я можу отримати більше інформації?

Отримайте більше інформації й брошури від:

[www.hpsc.ie/HepatitisC](http://www.hpsc.ie/HepatitisC)

[www.hse.ie](http://www.hse.ie)  
(Шукайте інформацію про гепатит С у центральній текстовій вставці)

[www.gov.uk](http://www.gov.uk)  
(Шукайте інформацію про гепатит С у верхньому лівому кутку)

[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)  
(Шукайте інформацію про гепатит С у верхньому правому кутку)

[www.cdc.gov/hepatitis/hcv/cFAQ.htm](http://www.cdc.gov/hepatitis/hcv/cFAQ.htm)  
Місцеві наркологічні служби та групи підтримки



# У вас гепатит С

## Що вам потрібно знати



Аудиторія: людина, якій нещодавно поставили діагноз гепатиту С.

Дата: квітень 2017 року

Автори: Робоча група з питань гепатиту, Міністерство охорони здоров'я та Центр нагляду за охороною здоров'я, Керівник служби охорони здоров'я.

## Що таке гепатит С?

Гепатит С — це вірус, який може спричинити інфекцію й руйнувати вашу печінку.

## Що означають результати тесту?

Вам потрібно буде здати аналіз крові, щоб дізнатися, чи є у вас гепатит С чи ні. Цей аналіз зазвичай роблять у два етапи:

1. По-перше, ваша кров перевіряється на антитіла до гепатиту С. Якщо результат позитивний, у певний час у вас був гепатит С.
2. Після цього потрібно зробити другий тест, щоб дізнатися, чи ви все ще інфіковані.
  - Якщо результат негативний, у минулому у вас був гепатит С, але ви вже можете не бути інфікованим.
  - Якщо результат позитивний, у вас все ще є гепатит С.

Знати, що у вас є гепатит С, корисно, оскільки є багато речей, які ви можете зробити, щоб залишатися здоровим. Ваш фахівець може сказати вам, що вам потрібно зробити.

## Як я заразився(-лася) гепатитом С?

Гепатит С передається через контакт з кров'ю інфікованої людини. Існують різні способи зараження гепатитом С.

- Спільне використання ін'єкційних голок та обладнання («засобів») з кимось, хто інфікований, є найвірогіднішим способом зараження гепатитом С. Більшість споживачів ін'єкційних наркотиків в Ірландії були інфіковані гепатитом С.
- Ви також можете заразитися гепатитом С, нюхаючи кокаїн.
- У минулому деякі люди заражалися гепатитом С через переливання крові та її продуктів. З 1991 року донорську кров в Ірландії перевіряють на наявність гепатиту С, тому заразитися у такий спосіб більше не можна.
- Існує невеликий ризик, що інфіковані матері можуть передати гепатит С своїм дітям до або після народження. Ймовірність цього — 1 з 20. Це більш ймовірно, якщо мати також інфікована ВІЛ.

Існує також невеликий ризик інфікування гепатитом С під час сексу. Ймовірність інфікування зростає, якщо людина з гепатитом С також має ВІЛ.

Інші менш поширені шляхи передачі гепатиту С:

- татуювання та пірсинг без належної стерилізації;
- травми від уколів голкою у медичних працівників;
- спільне використання особистих речей, як-от зубні щітки та бритви, з інфікованою людиною;
- діаліз нирок і деякі хірургічні та стоматологічні процедури можуть призвести до інфекції, але це трапляється дуже рідко.

Ваш спеціаліст може сказати вам, як ви заразилися.

Однак деякі люди можуть ніколи не дізнатися, як вони інфікувалися.

## Як гепатит С впливатиме на мене?

Більшість людей не мають симптомів, коли вперше хворіють на гепатит С.

Деякі люди можуть втратити апетит, відчувати біль у шлунку, нудоту, мати блювоту та жовтяницю (жовті шкіра та очі).

Приблизно кожна четверта людина з гепатитом С повністю одужує без будь-якого лікування.

Однак більшість людей будуть носіями вірусу протягом багатьох років або навіть до кінця життя. Цей стан відомий як «хронічна» інфекція гепатиту С.

Якщо у вас є хронічна інфекція, ви можете почуватися добре багато років.

Без лікування гепатиту С приблизно у кожній п'ятій людині з хронічною інфекцією через 20-30 років розвивається цироз (рубцювання) печінки. У цьому разі вони можуть страждати від печінкової недостатності або раку печінки.

## Як я можу зберегти здоров'я?

Ваша печінка відіграє важливу роль для вашого здоров'я. Ви не можете жити без неї. Вона важлива для очищення організму від алкоголю, наркотиків і отруту.

- Припиніть вживати алкоголь. Алкоголь може зруйнувати вашу печінку.
- Зробіть щеплення проти гепатиту А та гепатиту В — якщо ви ще не отримали ці щеплення або не мали цих захворювань.

- Ваш лікар повинен направити вас до спеціаліста. Цей фахівець перевірить вас та повідомить про лікування. Обов'язково приходьте на всі прийоми.
- Проконсультуйтеся з лікарем, перш ніж приймати будь-які нові ліки, безрецептурні ліки або лікарські трави. Деякі з них можуть бути шкідливими для вашої печінки.
- Спитайте лікаря, чи потрібно вам зробити щеплення проти грипу.
- Дізнайтеся про місцеві та національні групи, які надають підтримку людям із гепатитом С.
- Слідкуйте за своїм фізичним і психічним станом.

## Як я можу захищати інших?

Якщо у вас є гепатит С, ви можете заразити іншу людину. Щоб цього не сталося, потрібно стежити, щоб ваша кров не контактувала з іншими людьми.

Ви повинні:

- Ніколи не діліться інструментами для введення наркотиків, як-от голками чи шприцами.
- Ніколи не дозволяйте іншим людям користуватися вашими бритвами, зубними щітками чи будь-якими особистими речами, на яких може бути ваша кров.
- Існує невеликий ризик того, що ви можете передати гепатит С під час сексу. Презервативи зменшують цей ризик. Щоб отримати додаткові поради, зверніться до свого лікаря.
- Якщо ви жінка, не займайтеся сексом під час місячних або відразу після їх закінчення.
- Закривайте відкриті порізи та рани лейкопластиром або бинтом.
- Очистіть усі плями крові паперовими рушниками. Потім продезінфікуйте місце розчином, що складається з 10 частин води та 1 частини відбілювача. Висушіть ділянку чистим паперовим рушником.
- Помістіть заплямовані кров'ю предмети, наприклад тампони, у поліетиленовий пакет, зав'яжіть його зверху та викиньте у сміттєвий бак на вулиці.
- Покладіть використані бритви та голки у спеціальний контейнер для гострих предметів. Тримайте його подалі від дітей.
- Повідомте свого сімейного лікаря та стоматолога, що у вас гепатит С.