

Outras pessoas que vivem na sua casa estão em risco. Diga a todas as pessoas que vivem consigo que devem consultar o médico para fazer análises ao sangue e tomar a vacina.

- Se desenvolver uma infecção crónica por hepatite B, diga a todos os novos parceiros sexuais e a todas as novas pessoas que vivem consigo que devem fazer o teste e ser vacinadas.
- Se estiver grávida, o novo bebé tem de receber a vacina e a imunoglobulina contra a hepatite B (HBIG) logo após o nascimento.
- Se alguém for exposto ao seu sangue, pode ficar protegido da hepatite B se receber tratamento rapidamente. Devem dirigir-se ao seu médico ou ao serviço de urgência e dizer que estiveram em contacto com a hepatite B. Receberão uma injeção de imunoglobulina contra a hepatite B (HBIG) e iniciarão o esquema de vacinação contra a hepatite B.
- Informe o seu médico e dentista que tem hepatite B.

### Como posso proteger o meu bebé contra a hepatite B se estiver grávida?

Se engravidar, o seu bebé corre o risco de contrair hepatite B durante ou pouco depois do parto. Isto pode ser evitado.

- O seu bebé deve receber uma injeção de imunoglobulina contra a hepatite B (HBIG) e a primeira dose da vacina contra a hepatite B logo após o nascimento.
- Certifique-se de que o seu bebé completa o esquema de vacinação contra a hepatite B na altura certa. Deve ser efetuada uma análise ao sangue após a conclusão da vacinação contra a hepatite B para garantir a proteção.

### Você não pode propagar a hepatite B ao

- Espirrar ou tossir
- Beijar ou abraçar
- Amamentar
- Partilhar alimentos ou água
- Partilhar pratos ou copos
- Ter um contacto casual (por exemplo, no trabalho)

### Lembre-se:

Aconselhe os seus contactos a serem vacinados.

Utilize um preservativo durante as relações sexuais para proteger o seu parceiro e a si próprio(a).



### Como é que posso saber mais?

As informações úteis sobre a hepatite B podem ser encontradas nas seguintes fontes:

- O seu médico de família
- Departamento local de saúde pública do HSE

Pode obter outros folhetos sobre a hepatite B nos seguintes sítios Web:

- [www.hpsc.ie](http://www.hpsc.ie)
- [www.cdc.gov/hepatitis/hbv](http://www.cdc.gov/hepatitis/hbv)
- [www.who.int](http://www.who.int)
- [www.emitoolkit.ie](http://www.emitoolkit.ie)



Data de publicação: abril de 2017

Autores: Hepatitis Working Group of the Public Health Medicine Communicable Disease Group, Departamentos de Saúde Pública e Centro d.

# Hepatite B

O que precisa de saber quando lhe é diagnosticada hepatite B crónica



## O que é a hepatite B?

A hepatite B é um vírus que afeta o fígado e pode deixá-lo(a) gravemente doente. Os sintomas podem demorar entre seis semanas e seis meses a partir do momento em que é infetado(a). Esta fase da doença é designada por hepatite B aguda. Algumas pessoas com hepatite B aguda não apresentam quaisquer sintomas.

Se tiver sintomas, estes podem incluir: febre, náuseas, cansaço, dor, iteícias (pele e olhos amarelos) e urina escura.

A maioria das pessoas com hepatite B aguda recupera totalmente, mas pode demorar até seis meses ou mesmo mais.

Algumas pessoas não se sentem mal, mas podem continuar a transportar o vírus no sangue. A isto chama-se hepatite B crónica. Um pequeno número de pessoas fica muito doente e pode sofrer de insuficiência hepática ou de problemas de fígado a longo prazo.

## O que é a hepatite B crónica?

Algumas pessoas nunca se livram do vírus. Pode ficar infetado(a) para o resto da vida e pode transmitir a hepatite B a outras pessoas. A isto chama-se infeção crónica da hepatite B e as pessoas que a têm podem infetar outras pessoas.

Pode sentir-se saudável durante toda a sua vida e não apresentar sinais de danos no fígado. Algumas pessoas desenvolvem uma doença hepática mais grave, como cicatrizes no fígado (cirrose), insuficiência hepática ou cancro. Se tiver hepatite B, pode ainda contrair outros tipos de hepatite, como a hepatite A ou C.

## Existe tratamento para a hepatite B?

O seu médico deve encaminhá-lo(a) para um especialista que pode verificar se tem uma doença hepática e descobrir se os medicamentos o(a) podem ajudar.

## Como é que posso cuidar do meu fígado?

É importante que cuide de si.

- Não beba álcool. O álcool pode danificar o fígado.
- Se tiver uma infeção crónica por hepatite B, o seu médico deve encaminhá-lo(a) para um especialista para verificar se tem uma doença hepática e descobrir se os medicamentos o(a) podem ajudar.

- Veja o seu médico regularmente.
- Consulte o seu médico antes de tomar quaisquer novos medicamentos, medicamentos de venda livre e medicamentos à base de plantas.
- Faça o teste da hepatite C.
- Vacine-se contra a hepatite A se ainda não estiver imune.
- Vacine-se anualmente contra a gripe.

## Como é que apanhei hepatite B?

A hepatite B é transmitida pelo contacto com o sangue ou fluidos corporais de uma pessoa infetada. Pode apanhar hepatite B se

- Tiver relações sexuais com uma pessoa portadora de hepatite B.
- Partilhar agulhas ou outro equipamento quando se injetam drogas.
- Utilizar agulhas não esterilizadas para fazer piercings, tatuagens, acupunctura, eletrólise ou se tiver sido injetado(a) com uma agulha usada.
- Partilhar lâminas de barbear, escovas de dentes, toalhas de banho, toalhetes, corta-unhas ou qualquer coisa que possa conter sangue ou outros fluidos corporais.
- Entrar em contacto com feridas ou cortes sangrentos de uma pessoa infetada.
- É um profissional de saúde ou outra pessoa exposta a sangue ou fluidos corporais infetados.
- For filho(a) de uma pessoa com infeção crónica por hepatite B.

Em alguns casos, nunca é identificada uma fonte definitiva de infeção.

## Posso transmitir a hepatite B a outras pessoas?

As pessoas podem contrair hepatite B através do contacto com o seu sangue, sémen ou fluidos vaginais. Ocasionalmente, pode ser transmitida por mordeduras humanas. O vírus pode viver fora do corpo até uma semana.

Os seus contactos, como o(a) seu(ua) parceiro(a), família ou qualquer pessoa que viva consigo, devem fazer uma análise ao sangue para verificar se têm hepatite B.

## A vacina contra a hepatite B é segura?

A vacina contra a hepatite B é segura e eficaz. O(a) seu(ua) parceiro(a), a sua família e todas as pessoas que vivem consigo podem proteger-se com a vacinação.

A vacina é normalmente administrada em três doses pelo seu médico de família - na primeira consulta, um mês depois e seis meses após a primeira injeção. Por vezes, as doses são administradas mais rapidamente.

Algumas pessoas podem necessitar de doses adicionais de vacina antes de ficarem protegidas. Um número muito reduzido de pessoas não reage à vacina e não está protegido.

## Como posso proteger outras pessoas da infeção por hepatite B?

Eis o que tem de fazer para proteger os outros:

- Cobra os cortes e as feridas abertas com um penso rápido ou uma ligadura.
- Lave bem as mãos depois de tocar no seu sangue ou fluidos corporais.
- Colocar os lenços de papel (e outros produtos) sujos de sangue ou fluidos corporais num saco antes de os deitar para o lixo.
- Limpe os seus derrames de sangue. Em seguida, volte a limpar a área com uma solução de lixívia (uma parte de lixívia doméstica para 10 partes de água).
- Não partilhe escovas de dentes, lâminas de barbear, agulhas, limas de unhas, corta-unhas, tesouras de unhas, toalhas de banho ou toalhas.
- Se injetar drogas, pare de injetar ou entre num programa de reabilitação. Nunca partilhe medicamentos, agulhas, seringas, algodão, água ou copos de lavagem.
- Não doe sangue, plasma, órgãos corporais, tecidos ou esperma.
- O seu parceiro sexual corre o risco de contrair hepatite B através de si. Diga ao(s) seu(s) parceiro(s) sexual(ais) que tem hepatite B. Devem consultar um médico para fazer uma análise ao sangue e verificar se estão infetados. Se não estiverem infetados, devem ser vacinados. Utilize preservativos até o(a) seu(ua) parceiro(a) estar protegido(a).