

— Guía —

de información
para las personas portadoras
del virus
de la Hepatitis C



Con la colaboración de:



09.13-PEG-F42

Guía

de información

para las personas portadoras

del virus

de la Hepatitis C



Segunda Edición

Coordinación y Revisión: ¹Patricia Alonso, ¹Carmen Baldrich, ¹Rosó Bernal, ¹Iolanda Caballero, ¹María Feijoo, ¹Roser Font, ¹Rosa García, ²María Dolores Giménez, ¹María López, ¹Laura Moreno, ¹Mercedes Pérez, ¹Ana Risueño, ¹Rosa Taulé, ¹Montserrat Vargas, ¹Cristina Varoucha

¹GRIHep. Grupo de la Unidad de Investigación Biomédica del Consorci Sanitari de Terrassa y de la Universidad Autónoma de Barcelona

²Servicio de Digestivo. Hospital del Mar. Barcelona

Primera Edición

Autores: Rosó Bernal, Iolanda Caballero, M^a José Cros y Angels Fontanet

Colaboraciones: José L. Ariño, María Feijoo, Guadalupe García, María Dolores Giménez, Queralt Guixé, Josefina Manges, M. Márquez, Inmaculada Orellana, Mercedes Pérez, Ana Risueño, Ana M^a Salas, M^a José Sentís, Rosa Taulé, Montserrat Vargas, Cristina Varoucha
(Grupo de enfermería especializada en la atención al paciente con hepatitis)

EDITA:  **Entheos**

GRUPO EDITORIAL ENTHEOS, S.L.U.

Avda. Cerro del Águila, 2. Edificio 3 - Planta 4 - Puerta 11
28703 San Sebastián de los Reyes. Madrid

e-mail: entheos@editorialentheos.com

Ilustraciones: José Palacios Altares

ISBN: 978-84-695-8707-2

D.L.: M-XXXX-2013

Reservados todos los derechos. El contenido de esta publicación no puede ser reproducido ni transmitido por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética, ni registrado por ningún sistema de recuperación de información, en ninguna forma, ni por ningún medio, sin la previa autorización por escrito del titular de los derechos de explotación de la misma.

Índice

	Página
Presentación	5
Hepatitis C	7
Mecanismos de transmisión	10
Medidas preventivas	11
Vía parenteral	11
Vía sexual	14
Vía perinatal	16
Tratamiento	17
Efectos secundarios del tratamiento	23
Interferón + Ribavirina	24
Inhibidores de proteasa	25
Recomendaciones generales sobre hábitos higiénicos-dietéticos	27
Alimentación	27
Medidas higiénicas	30
Actividad social	33
Actividad física	33
Precauciones	34
Glosario	35

Presentación

Esta guía está dirigida a personas que se encuentran en la misma situación que usted; su médico le ha informado que es portador del virus de la hepatitis C y le ha indicado un tratamiento a seguir. Es probable que le hayan surgido múltiples dudas e interrogantes al respecto.

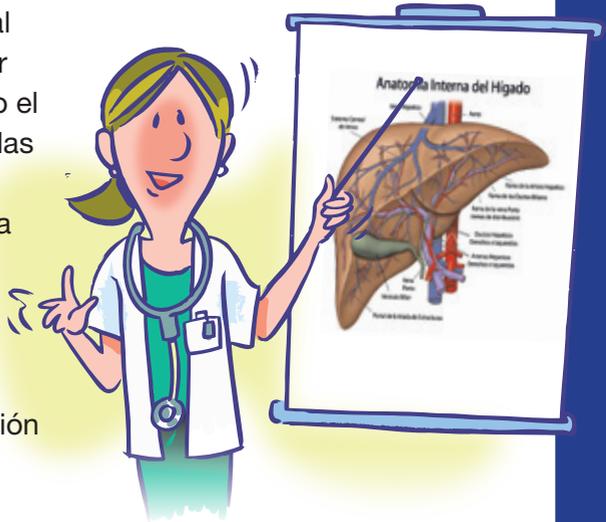
La inquietud de los profesionales que hemos elaborado esta guía es iniciarle en el conocimiento de esta enfermedad, su tratamiento y los cuidados que debe efectuar. Nuestro deseo es dar respuesta a todas las preguntas que se pueda plantear. Sin embargo, no olvide que esta información no puede sustituir el diálogo con su equipo médico y/o enfermera.



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. Recibe la sangre que llega del corazón por la arteria hepática y la que le llega directamente del intestino por la vena porta. Cuando el hígado filtra la sangre, ésta sale en dirección al corazón por las venas suprahepáticas.



¿Qué funciones tiene el hígado?

El hígado puede considerarse como una fábrica con sus diferentes departamentos de producción:

- Filtra y transforma las diferentes sustancias tóxicas que le llegan directamente a través de la sangre.
- Produce la bilis para absorber las grasas de los alimentos.

- Mantiene el equilibrio de la concentración de glucosa en la sangre.
- Fabrica proteínas, entre ellas la ferritina, el fibrinógeno, la protrombina y factores de coagulación.
- Almacena vitaminas, minerales y azúcares.
- Ayuda al organismo a combatir infecciones.

■ ¿Qué es la hepatitis C?

Es una inflamación del hígado producida por la infección del virus de la hepatitis C. Cuando esta infección perdura más de 6 meses y se confirma la presencia en sangre del ARN-VHC (material genético del virus), hablamos de hepatitis crónica C.



La hepatitis vírica C puede afectar a personas de cualquier edad, sexo y condición social. En la mayoría de las personas la enfermedad es asintomática. No obstante, algunos de los síntomas que se pueden presentar son fatiga, inapetencia y dolor abdominal.

■ ¿Qué son las transaminasas?

Son proteínas que se encuentran en el interior de las células de diferentes órganos. Las más importantes son la transaminasa glutaminoxalacético (GOT), también conocida como aspartatoaminotransferasa (AST), y la transaminasa glutamínico pirúvica (GPT), también denominada alaninoaminotransferasa (ALT). Son un marcador indirecto de enfermedad hepática.

■ ¿Qué es la carga viral?

Es la cantidad de virus que 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 genotipos distintos en base a las diferencias genéticas y zonas geográficas mundiales.

El genotipo tiene importancia clínica ya que interviene 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 constituye la primera causa de enfermedad crónica del hígado en el mundo occidental y, por lo tanto, en España. Se estima que en el mundo hay entre 170-240 millones de portadores del virus de la hepatitis C, de los cuales en España la prevalencia de la infección por el virus es del 1 al 2,7% de la población.

¿Existe vacuna contra la hepatitis C?

Actualmente no existe una vacuna contra el virus de la hepatitis C.

Aunque usted esté vacunado contra la hepatitis A y B, estas vacunas no protegen contra el virus de la hepatitis C.

Mecanismos de transmisión

¿Cómo me he podido infectar?

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: Transfusiones, cirugía, uso compartido de jeringuillas e instrumentos para inhalación de cocaína u otras drogas. Por la realización inadecuada de tatuajes, acupuntura, “*piercings*” y por la utilización de material no esterilizado o reutilización del de un solo uso.

Y también por la **vía no parenteral**, que incluye la transmisión intrafamiliar, sexual y perinatal.



Medidas preventivas

Vía parenteral

■ ¿Puedo ser donante de sangre?

No, porque es una enfermedad de transmisión por vía sanguínea.

En caso de curación se mantiene la contraindicación de ser donante.

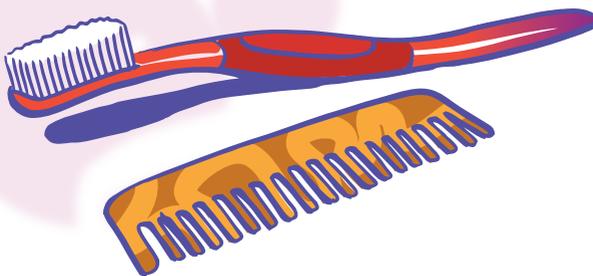
Si tengo una herida, un arañazo o alguna otra lesión en la piel, ¿puedo contagiar la hepatitis C?

Si precisa de una persona para que le efectúe la cura, indíquelo que tome las precauciones para que no se manche con su sangre. A continuación coloque un apósito sobre la herida hasta la cicatrización.

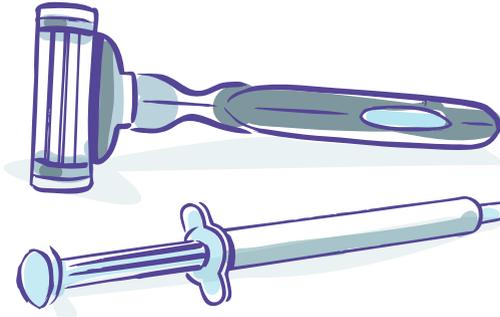
En caso de que hubiese manchado alguna superficie de sangre, tome las medidas sanitarias higiénicas habituales.

¿Qué accesorios no puedo compartir?

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



No utilice sus jeringas y agujas para pinchar a otras personas, como es el caso de las inyecciones.



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

En prácticas de inhalación de drogas por vía intranasal, no compartir utensilios.



¿Qué hago si mi ropa se mancha de sangre?

La ropa la puede lavar junto con la de su familia, no necesita tratamiento especial, no hay riesgo de contagio.

¿Debo tomar precauciones con la vajilla?

No existe ninguna recomendación especial excepto si presenta heridas sangrantes o lesiones en la boca. En este caso deben lavarse los platos, vasos y cubiertos con detergente, agua caliente y lejía.

¿La saliva, el sudor y las lágrimas pueden transmitir el virus?

No existe ningún caso documentado de transmisión a través de la saliva, sudor o lágrimas.

Vía sexual



¿Puedo transmitir la hepatitis al tener relaciones sexuales?

La transmisión sexual del virus de la hepatitis C es poco frecuente pero

posible. La utilización de un preservativo elimina el riesgo de transmisión por vía sexual.

Por este motivo, en el caso de que usted padezca una infección por el virus de la hepatitis C, deberá comunicar esta situación a su pareja sexual para, entre ambos, decidir la actitud que desean tomar.

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

■ ¿Y si tengo la menstruación?

Es indispensable el uso del preservativo porque hay un contacto directo con la sangre.

■ ¿Y si practico el sexo anal?

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

■ ¿Y con el sexo oral?

El virus de la hepatitis C no se transmite por vía oral, excepto en las personas que presentan úlceras bucales o encías sangrantes. En estos casos se recomienda el uso del preservativo.

¿Y otras prácticas sexuales de riesgo?

Se recomienda el uso de preservativo siempre que pueda existir riesgo de lesiones en mucosas.

Vía perinatal

Si estoy embarazada y me detectan la enfermedad, ¿puedo transmitírsela a mi hijo?

El riesgo de transmisión de la hepatitis C de la madre al recién nacido es bajo (3-5%). Está por determinar si la transmisión del virus de la madre al hijo se produce dentro del útero o en el momento del parto, tras el contacto de la sangre de la madre con la del hijo.

¿Tiene el mismo riesgo de transmisión un parto normal que un parto con cesárea?

En estudios recientes realizados en mujeres embarazadas no se han encontrado diferencias en el riesgo de transmisión en relación con la vía del parto, ya fuese por cesárea o por vía vaginal.

¿Puedo dar el pecho a mi hijo?

No hay evidencia de la transmisión del virus de la hepatitis C madre-hijo a través de la lactancia materna. De acuerdo con las directrices de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades la Academia de Pediatría, la infección materna por el VHC no es una contraindicación para la lactancia materna.

La madre infectada por el VHC debe abstenerse de amamantar a su bebé si está bajo tratamiento de Interferón, Ribavirina e inhibidores de proteasa ya que existe contraindicación.



Tratamiento

¿Cuál es el tratamiento de la hepatitis C?

Actualmente existen varias opciones de tratamiento y alternativas terapéuticas que dependerán del genotipo que usted tenga y de otros parámetros que su médico valorará.

Hoy en día existen tres tipos de fármacos:

- El Interferón. Es una proteína que en condiciones normales es fabricada por las células del organismo en respuesta a las infecciones víricas. Su administración bloqueará la multiplicación del virus de la hepatitis C.
- La Ribavirina. Es un antiviral, que intenta eliminar el virus de la hepatitis C.
- Los Inhibidores de la Proteasa. Son antivirales de acción directa específicos para pacientes con genotipo 1.

■ ¿Qué finalidad tiene?

El tratamiento de la infección por el VHC pretende eliminar el virus de la sangre, es decir, alcanzar una carga viral indetectable y así influir favorablemente en la evolución de la enfermedad.

■ ¿Cuál es la duración?

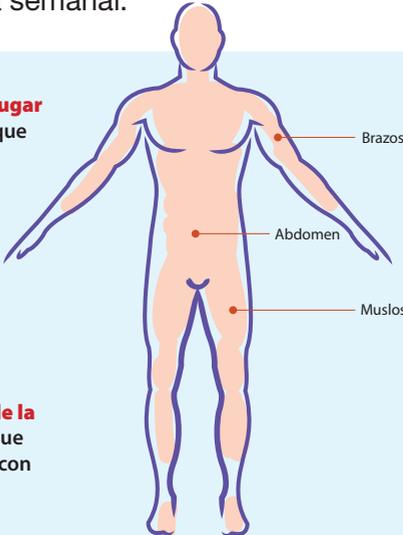
En la actualidad la duración del tratamiento depende del genotipo del virus de la hepatitis C que usted tenga y de otros factores. Su médico le indicará el tratamiento y su duración en función de sus resultados y controles analíticos periódicos.

■ ¿Cómo se administra?

La Ribavirina y los inhibidores de la proteasa son medicamentos de administración oral. Los comprimidos o

cápsulas se deben tomar tras la ingesta de alimentos (para una mejor absorción) y se deben tragar sin masticar. La dosis prescrita se debe repartir en dos o tres tomas al día.

El Interferón es un medicamento que se administra por vía subcutánea en una dosis única semanal.



1 Es aconsejable **variar el lugar** de la inyección cada vez que se administre.

2 Desinfecte la zona donde se vaya a pinchar, **pellizque la piel e inserte la aguja totalmente, con un ángulo de 45-90°.**

3 **No masajear el lugar de la inyección.** En caso de que exista sangrado, cubrir con una tirita adhesiva.

Brazos
Abdomen
Muslos

¿Debo tener alguna precaución para conservar estos medicamentos?

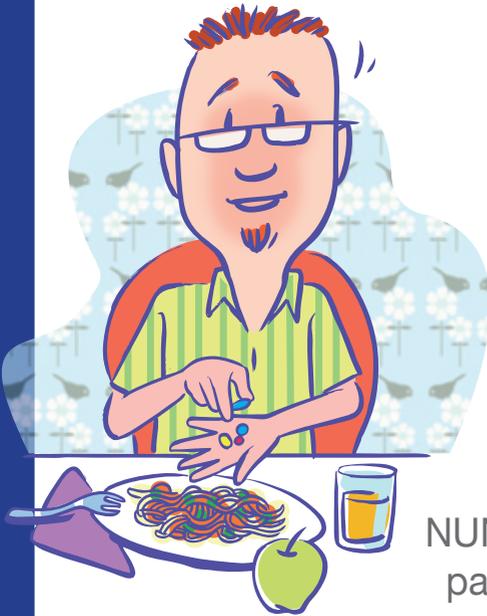
El Interferón se debe conservar en la nevera, entre 2 y 8 grados, nunca en el congelador, y protegerlo de la luz.

La Ribavirina y los inhibidores de la proteasa* se conservarán a temperatura ambiente y en su envase original, evitando la luz directa, calor y humedad.

*Algunos de los inhibidores de la proteasa precisan ser conservados en nevera.

Los medicamentos no se deben usar una vez superada la fecha de caducidad que figure en el envase.

Si me olvido una dosis de Ribavirina o de inhibidor de proteasa, ¿qué debo hacer?



Debe tomar la dosis que ha olvidado siempre que sea posible, en ambas medicaciones.

Si han pasado menos de 4 horas, tome inmediatamente la dosis, con alimentos.

Si han pasado más de 4 horas, sátese la dosis y reanude el tratamiento con la siguiente.

NUNCA tome una dosis doble para compensar la olvidada

Si me olvido una dosis de Interferón, ¿qué debo hacer?

En caso de que se haya olvidado la inyección 1 o 2 días después de lo previsto:

Usted tendrá que inyectarse la dosis recomendada lo antes posible y tendrá que continuar con la siguiente dosis según el calendario previsto.

En caso de que se le haya olvidado administrarse la inyección de 3 a 6 días después de lo previsto:

Usted deberá consultar a su médico o enfermera.

NUNCA tome una dosis doble
para compensar la olvidada

**Si vomito después de haber
tomado mis medicamentos,
¿debo volver a tomarlos?**

Si ha pasado más de una hora, no debe repetir la toma.

**Si el tratamiento no funciona,
¿tengo otra opción?**

Actualmente no existe otra alternativa terapéutica, aunque existen múltiples estudios en curso de nuevos fármacos.

**¿Debo seguir algún control
durante el tratamiento?**

Sí. Durante el tratamiento es necesario seguir los controles clínicos y analíticos que le indiquen su médico y enfermera,

para evaluar la respuesta del tratamiento y su cumplimiento. Asimismo, se vigilará la aparición de posibles efectos adversos, pudiendo instaurar tratamientos farmacológicos para aliviarlos.

Si no tolero los efectos secundarios, ¿se puede suspender el tratamiento?

Si se producen efectos secundarios graves o alteraciones de los valores analíticos, primeramente su médico valorará una reducción en la dosis de los diferentes fármacos, y si estos efectos persisten se valorará la suspensión del tratamiento.

En ningún caso se debe modificar la dosis de sus medicamentos sin consultar a su equipo médico/enfermero(a).

¿Qué resultados se obtienen con el tratamiento?

La respuesta al tratamiento estándar o con triple terapia depende de varios factores. Uno muy importante es el genotipo y otro las características individuales de cada paciente.

¿Qué podría ayudarme a cumplir bien el tratamiento?

Es muy importante su motivación y compromiso para cumplir correctamente el tratamiento día a día. Estar bien informado y

contar con el apoyo del personal sanitario, de la familia y amigos le ayudará a tener una actitud positiva.

¿Qué significa adherencia al tratamiento?

Es la responsabilidad y compromiso que adquiere una persona en cuanto a tomar una medicación determinada y seguir las recomendaciones y los controles pactados con el equipo médico-enfermera que le atiende.



Efectos secundarios del tratamiento

¿La medicación produce algún efecto secundario?

Casi todos los fármacos, en general, tienen algún tipo de efecto adverso. Dichos efectos dependerán de la susceptibilidad individual de cada persona y son reversibles al finalizar el tratamiento.

Es importante que comunique todo efecto secundario a su equipo médico/enfermero(a).

Los efectos adversos suelen ser más tolerables después del período de adaptación al inicio del tratamiento.

Vamos a dividir los efectos secundarios según los diferentes grupos de medicamentos:

Interferón + Ribavirina

Síntomas precoces

Aparecen entre las 4-8 horas después de las primeras inyecciones o en los primeros días del tratamiento.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Fiebre:
Temperatura 37,5°-39°C. • Escalofríos. | <ul style="list-style-type: none"> • Dolor muscular (mialgias). • Malestar general. • Dolor de cabeza (cefaleas). |
|---|--|

Síntomas tardíos

Aparecen a partir de la 2^a-3^a semana.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Cansancio (astenia). • Náuseas. • Diarreas. • Sequedad de boca. • Aftas orales. • Pérdida del apetito (anorexia). • Fiebre persistente:
Temperatura superior a 37,5°C. • Insomnio. • Ansiedad. • Disminución de la capacidad de concentración. | <ul style="list-style-type: none"> • Depresión. • Mal humor (alteración del carácter). • Discreta caída del cabello (alopecia). • Erupción por todo el cuerpo (rash cutáneo). • Picor por todo el cuerpo. • Visión borrosa. • Sequedad ocular. • Problemas hematológicos: Anemia, neutropenia, plaquetopenia. • Hipotiroidismo. • Hipertiroidismo. • Enrojecimiento zona de punción. |
|---|---|

¿Cómo puedo aliviar estos efectos secundarios?

Se recomienda la administración de Interferón por la noche, un rato antes de acostarse, para minimizar los efectos secundarios.

Los efectos secundarios son más intensos (3-4 horas después de la administración).

Elija el día de la semana para la administración que mejor se adapte a sus horarios y actividades teniendo en cuenta que no se podrá ir variando.

Se podrán tomar los analgésicos recomendados por su equipo médico-enfermera.

Mantener unos **hábitos higiénicos y dietéticos saludables** ayuda a llevar mejor el tratamiento.

Inhibidores de proteasa

Las personas que tengan que añadir estos fármacos a la terapia estándar de Interferón + Ribavirina verán aumentados los efectos secundarios.

Estos fármacos pueden favorecer o aumentar:

- Anemia.
- Náuseas, diarreas y vómitos.
- Molestias perianales y picor anal.

- Erupción y picor en la piel.
- Disgeusia (sabor metálico o amargo en la boca).

¿Cómo puedo aliviar estos síntomas?

- **Síntomas digestivos:** Náuseas, diarreas, vómitos.
 - Es importante una dieta fraccionada y en poca cantidad.
- **Disgeusia:** Sabor metálico, sabor amargo, distorsión del sabor normal, disminución del apetito.
 - Aumentar ingesta líquida (sobre todo zumos de frutas).
 - Masticar chicles o caramelos de sabores cítricos.
 - Se recomienda la ingesta de regaliz y de jengibre.
 - Hacer comidas en poca cantidad y frecuentes.
 - Evitar fumar.
- **Síntomas en piel:** Erupción cutánea, picores, sequedad de piel.
 - Utilizar un jabón neutro y suave para lavar la ropa y para la ducha.
 - Utilizar ropa suave (algodón-hilo).
 - Secarse suavemente al salir de la ducha, sin frotar, y aplicarse crema hidratante para pieles secas.
 - Evitar la exposición al sol.
 - Avisar en seguida si aparecen picores, enrojecimientos o eccema en la piel.



• **Molestias perianales:**

- Es muy importante mantener una buena higiene en la zona.
- Se recomienda tomar diariamente dos cucharadas soperas de copos de avena (ayuda a disminuir el picor anal).

Recomendaciones generales sobre hábitos higiénico-dietéticos

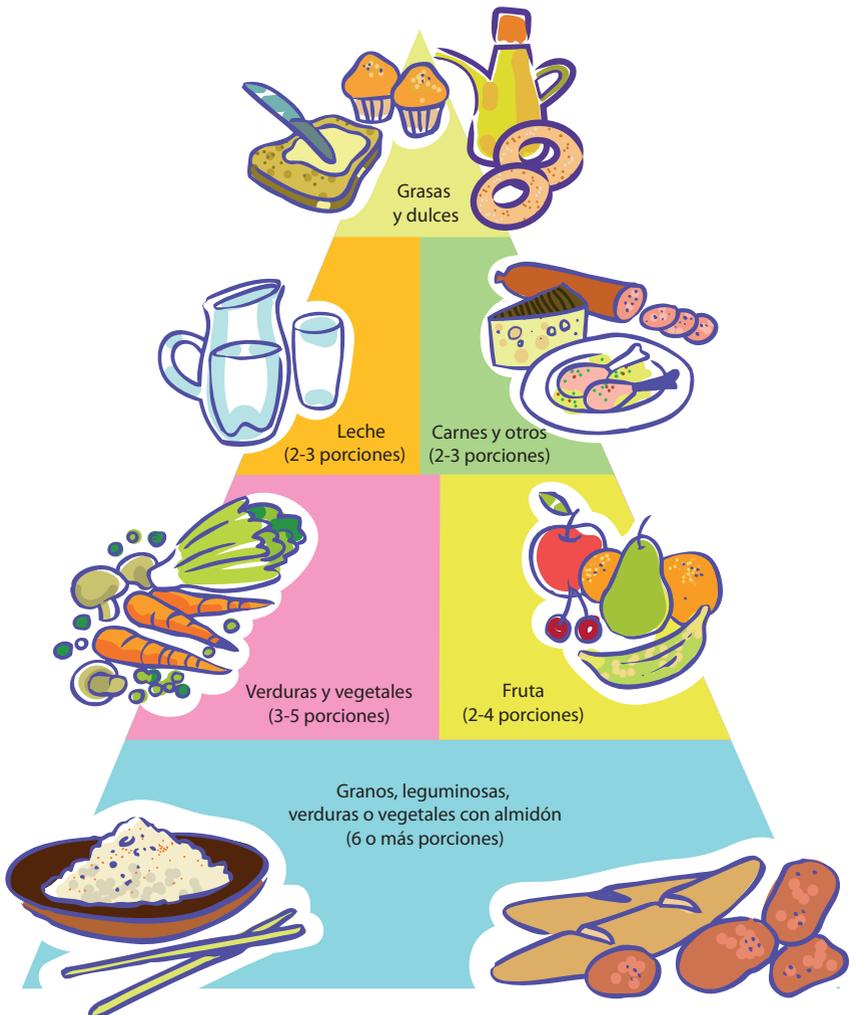
Alimentación

Es muy importante una alimentación equilibrada para mantener un estado nutricional correcto.

La dieta tiene que ser adecuada a nuestras necesidades y sin carencias de ningún grupo de alimentos.

Mientras dure el tratamiento continúe con su dieta habitual, aumentando la ingesta de frutas y verduras.

• **Grupos de alimentos:**



- Es mejor repartir los alimentos en 5 tomas diarias.
- Beber abundantes líquidos (agua, zumos, caldos, infusiones).
- Evitar cualquier tipo de bebidas alcohólicas, sea cual sea su graduación (vino, cerveza, licores, etc.). El alcohol es muy perjudicial para el hígado, acelera la progresión de la fibrosis a cirrosis y disminuye la probabilidad de respuesta al tratamiento antiviral.
- Consultar con su médico antes de utilizar homeopatía o productos naturales.



• **Si presenta vómitos:**

- Evite comidas ricas en especias y grasas.
- Haga comidas pequeñas y frecuentes.
- Mastique bien y coma despacio.
- Repose después de las comidas, sentado o incorporado, sin tumbarse.
- Es preferible no tomar agua u otros líquidos durante la comida, espere de media a una hora a tomarlos.
- Las bebidas con cola o agua con gas tómelas en pequeños sorbos después de haber comido, pueden ayudar a digerir.
- Evite comer con ropa que le oprima la cintura o el abdomen.
- Tome los alimentos a temperatura ambiente.

- Procure elegir alimentos de consistencia blanda, fáciles de digerir, y con poco olor.
 - Alimentos preparados de forma sencilla, asados, cocidos o a la plancha; por ejemplo: arroz, sémola, patata, verduras, fruta.
 - Tomar alimentos secos como pan tostado, galletas saladas.
 - Evitar comer en lugares con olores penetrantes, evitar preparar uno mismo la comida.
- **Si presenta diarrea:**
 - Es conveniente tomar alimentos astringentes (arroz, agua de arroz, zanahoria, pasta italiana, manzana rallada, pan tostado) y pescado o carne a la plancha.
 - Evitar comer fritos.
 - No tomar alimentos fríos ni muy calientes.
 - Tome raciones pequeñas de alimentos, repartidas en 6-9 tomas al día.
 - La leche y los derivados deben ser desnatados.
 - Es conveniente ingerir abundantes líquidos, siempre después de las comidas pero en tomas pequeñas y frecuentes. Los refrescos de cola están indicados para aliviar las diarreas.

Medidas higiénicas

- **Para evitar la sequedad de piel y posibles problemas dermatológicos:**
 - Use a diario jabones y champús neutros, sin perfume ni olor, tipo avena o aloe vera.

- Después de la ducha o el baño, secar suavemente sin frotar y aplicarse crema hidratante por todo el cuerpo excepto en zonas que pueda haber algún enrojecimiento o erupción.
- No utilizar lejía o suavizante para lavar la ropa.
- Utilizar prendas de vestir naturales como el lino o el algodón, pero evitar la lana y el abrigarse excesivamente.
- Evitar la exposición solar.
- No utilizar colonias ni desodorantes que contengan alcohol; resecan la piel y el cuero cabelludo.
- Consulte antes de utilizar tintes para cabellos.



• **Para mantener una buena higiene bucal:**

- Lávese los dientes después de cada comida utilizando cepillos dentales suaves para evitar que las encías sangren.
- Efectúe enjuagues con bicarbonato sódico (una cucharadita diluida en un vaso de agua).

- Si presenta lesiones bucales o aftas, hacer varias veces al día enjuagues con infusión de tomillo.
- Comer alimentos suaves, fáciles de masticar, ni muy fríos ni muy calientes.
- Ablandar los alimentos sólidos con leche, salsas, caldos, para lograr una consistencia fácil de tragar.
- Evitar alimentos secos y pastosos como arroz, tostadas, o muy condimentados y picantes, con chile o especias, alimentos muy salados o aliñados, con vinagre o cítricos.
- En caso de intenso dolor se pueden ingerir alimentos fríos (helados, batidos, yogures) para tratar de calmarlo.
- Utilizar una pajita para beber.
- Hacer enjuagues de lidocaína viscosa antes de las comidas.



- **Para evitar la disgeusia** (cambios en la percepción del gusto). En ocasiones puede notar gusto metálico o amargo y esto puede contribuir en la desaparición del apetito; para aliviar esta alteración del gusto puede:
 - Estimular la salivación con comidas frecuentes de fruta y verdura.
 - Bebidas ácidas, zumos de frutas, tabletas de vitamina C, caramelos de cítricos (limón o naranja) o de xilitol, sin abusar ya que puede producir diarreas. Chupar trozos de piña, hielo.
 - Utilizar cubiertos de plástico si percibe sabor metálico en los alimentos.
 - Evitar el tabaco.

Actividad social

Debe continuar con su vida laboral y social habitual, sin limitaciones, salvo las que condicione la propia astenia que puede provocar el tratamiento.

Actividad física

Dormir lo suficiente, hacer la siesta y ejercicio ligero, pero de forma regular (cuando sea posible, adecuando el esfuerzo físico a su estado general), pueden ayudar a tratar la fatiga que produce la enfermedad y los efectos secundarios del tratamiento.

Precauciones

¿Qué debo hacer si he de tomar otra medicación?

Los medicamentos antivirales pueden presentar interacciones con otros medicamentos, e incluso con algunos remedios de la medicina natural, y llegar a ser potencialmente perjudiciales para su hígado.

Por ello, es importante que antes de empezar a tomar algún medicamento nuevo lo consulte con su equipo médico-enfermera.

Durante el tratamiento, ¿está contraindicado el embarazo?

SÍ. En general estos tratamientos son incompatibles con la gestación, ya que estos antivirales son teratogénicos (pueden producir malformaciones en el feto).

¿Puedo tomar el sol?

Durante el tratamiento con Interferón, Ribavirina e inhibidores de la proteasa debemos evitar el calor local y limitar la exposición al sol para minimizar la aparición de efectos adversos cutáneos. Aconsejamos la hidratación de la piel y el uso de protector solar de alta concentración.

Glosario

ARN del VHC: Ácido ribonucleico o material genético del virus de la hepatitis C que circula por el torrente sanguíneo y que se cuantifica determinando la carga viral mediante los análisis de sangre.

Asintomático: Sin presentar síntomas.

Genotipo: Estructura genética del virus de la hepatitis C. Existen más de 6 genotipos del VHC. A su vez, cada genotipo tiene distintos subtipos (por ejemplo: 1a y 1b).

Hipertiroidismo: Estado patológico originado por exceso de hormona tiroidea.

Hipotiroidismo: Estado patológico originado por deficiencia de hormona tiroidea.

Perinatal: Que precede o sigue al nacimiento.

Prevalencia:
Proporción de personas que sufren una enfermedad con respecto al total de población en estudio.

Problemas hematológicos:
Problemas relacionados o derivados de los componentes sanguíneos.



Centro:

Persona referencia:

Teléfono contacto: