

EDUCACIÓN DEL PACIENTE/MANEJO PERSONAL



¿QUÉ DEBE USTED SABER: HEPATITIS C

¿QUÉ ES LA HEPATITIS C?

- La hepatitis C es un virus que produce inflamación e irritación del hígado.
- El hígado ayuda a la digestión y filtra los productos de desecho fuera de la sangre.
- La hepatitis C puede causar daños serios al hígado.
- No existe vacuna para prevenir la hepatitis C, pero usted puede vacunarse contra la hepatitis A y B para evitar dañar más su hígado.

¿CÓMO SE PUEDE CONTRAER LA HEPATITIS C?

La hepatitis C se puede contraer de las siguientes maneras:

- Agujas contaminadas (tatuajes o perforaciones).
- Inhalar drogas usando un equipo infectado.
- Compartir agujas para inyectarse drogas.
- Practicar sexo sin protección (raras veces).
- Mediante transfusión de sangre si se realizó en EE.UU. antes de 1992. (Actualmente, toda transfusión de sangre es sometida a la prueba de hepatitis C antes de realizarse.)



¿CÓMO SABER SI USTED SUFRE DE HEPATITIS C?

- La mayoría de las personas enfermas lucen y se sienten sanas.
- Se puede sufrir de hepatitis C por un tiempo largo y no saberlo.
- Usualmente se puede detectar la hepatitis C mediante un examen de sangre.
- Si la hepatitis C daña el hígado, puede producir cicatrices. Esto se conoce como cirrosis.
- Su médico puede indicarle otros exámenes para verificar el daño que tiene su hígado.
- Algunas personas que sufren de hepatitis C presentan:
 - Fatiga
 - Dolor estomacal
 - Dolor en las articulaciones
 - Sudoración nocturna
 - Pérdida del apetito o náuseas



¿QUÉ PUEDE HACER USTED PARA CUIDARSE?

- Hágase vacunar contra la hepatitis A y B. Vacúnese anualmente contra la neumonía y la gripe.
- No consuma alcohol ni use drogas ilícitas - estas producirán más daño al hígado.
- No ingiera gran cantidad de medicamentos como el acetaminofén (Tylenol®) y Motrin®. Consulte con su médico acerca de todos los medicamentos, incluyendo los medicamentos de venta sin prescripción, vitaminas y hierbas para evitar dañar el hígado. Consulte con su médico antes de ingerir cualquier medicamento analgésico.
- No se realice tatuajes en la prisión para evitar enfermedades de transmisión sanguínea.
- No comparta su cepillo dental, rasuradora u otros objetos personales.
- Trate de adelgazar si tiene sobrepeso.
- Mantenga una dieta sana.
- Ingiera abundante cantidad de agua.
- Tenga mucho descanso y realice ejercicio con regularidad.
- Abandone el hábito de fumar cigarrillos.
- Siga las instrucciones de su médico acerca de los medicamentos para tratar la hepatitis C.
- Consulte con regularidad con su médico.



¿TODA PERSONA QUE SUFRE DE HEPATITIS C NECESITA TRATAMIENTO?

- La mayoría de las personas que sufren de hepatitis C no requieren tratamiento.
- Solo pocas personas pueden desarrollar serios problemas del hígado y morir debido a complicaciones causadas por la hepatitis C.
- La necesidad de tratamiento depende de muchos factores y estos varían en cada persona. Discuta su caso con su médico.