

# Si padece de infección crónica por el virus de la hepatitis B (VHB)...

Si padece de una infección crónica por el virus de la hepatitis B (VHB), queremos que sepa que no está solo. Hoy en día, aproximadamente 1.25 millones de personas en los Estados Unidos están infectadas crónicamente con el VHB). La mayoría de las personas infectadas se sienten saludables durante toda su vida y no demuestran ninguna evidencia de daño hepático progresivo. En cambio en otras personas la enfermedad evoluciona a niveles más severos. Algunas personas desarrollan finalmente cicatrización del hígado (cirrosis), insuficiencia hepática o cáncer del hígado. Es importante que se cuide así mismo, y debido a que es posible que contagie a otros con el VHB, tiene que saber cómo proteger de esta enfermedad a su familia, amigos y a otras personas.

## ¿Cómo puede cuidarse así mismo?

Las personas que padecen de una infección crónica provocada por el virus VHB deben someterse a controles regulares del estado del hígado para determinar si la enfermedad está progresando, si es necesario un tratamiento, o si se está desarrollando cáncer. Por ello, debe asegurarse de hacer lo siguiente:

- Consulte al médico para una evaluación del estado del hígado, una o dos veces al año. Es necesario que en forma periódica le realicen algunos análisis de sangre para supervisar la salud de su hígado. Dialogue con el médico para ver si usted pudiera ser apto para tratarlo con algún medicamento antiviral. Estos medicamentos se les administran a ciertas personas con enfermedad hepática crónica.
- Hable con su médico sobre cómo obtener ecografías periódicas, pruebas de alfafetoproteína en sangre, u otros estudios para cerciorarse de que no hay evidencia de algún cáncer de hígado en desarrollo. Los médicos pueden recomendar diferentes horarios para realizar las ecografías y análisis de sangre que dependen de la edad del paciente, sexo, origen étnico, edad a la que por primera vez se adquirió la infección, los antecedentes familiares, estado de HBeAg, y las enzimas hepáticas. Por lo general, las ecografías y los análisis de sangre se recomiendan cada seis a doce meses
- Revise con su médico todos los medicamentos que toma, ya que incluso aquellos que compra sin receta podrían dañarle el hígado.
- Si está embarazada, debe comunicarle al médico que padece de la infección crónica por VHB. Es importante que se le administre a su bebé inmunoglobulina de la hepatitis B (IGHB) y comenzar a vacunarlo contra la hepatitis B, dentro de las 12 horas del nacimiento.
- Evite las bebidas alcohólicas. El alcohol puede dañar el hígado.

## Si su enfermedad hepática ha progresado...

Si su enfermedad hepática progresa, he aquí algunas precauciones que debe tomar:

- Vacúnese contra la gripe cada año. Los pacientes con enfermedad hepática grave también deberían ponerse la vacuna polisacárida neumocócica.
- Vacúnese contra la hepatitis A. La hepatitis A puede dañar aún más su hígado.
- No coma ostras crudas, pues estos mariscos pueden ser portadores de la bacteria *Vibrio vulnificus*, que puede causar una infección grave en la sangre de aquellas personas con enfermedad hepática. Aproximadamente el 40% de estos casos son fatales.

## Cómo proteger a otros de la infección por el VHB

Las personas pueden contraer la infección por VHB de usted al entrar en contacto con su sangre, suero, semen, o fluidos vaginales. El VHB también se ha transmitido por mordedura humana.

Aunque el VHB se ha detectado en bajas concentraciones en otros fluidos corporales que incluyen lágrimas, sudor, orina, heces y leche materna, estos fluidos no se han asociado con la transmisión de la infección. Afortunadamente, el VHB *no se transmite* al estornudar o toser, o por el contacto casual, como el tomarse de las manos. A continuación se describen algunas pautas importantes que usted debe seguir para proteger a los demás:

- Dígale a su pareja sexual que está infectado con el VHB. Su pareja sexual deberá ver a un médico para que le practiquen un análisis de sangre para la detección de la hepatitis B. Si, de acuerdo con los análisis de sangre, su pareja nunca ha tenido hepatitis B, él o ella deben ser vacunados. Después de haber completado la serie de tres inyecciones, su pareja tiene que volver al médico para hacerse otra prueba de sangre, y así asegurarse de que está protegida por la vacuna. Use condones hasta probar que su pareja está protegida contra el VHB.
- Asegúrese de que todos los miembros de la casa vean al médico para que les practiquen una prueba de la hepatitis B y los vacunen.
- Dígale a los profesionales médicos que le atienden que usted está infectado con el VHB.
- Cubra todas las cortaduras y heridas abiertas con una venda.
- Deseche los artículos de uso personal como pañuelos o toallas sanitarias en una bolsa para que otros no estén expuestos a su sangre.
- Lévese bien las manos después de tocar su sangre o fluidos corporales.
- Limpie su sangre derramada. A continuación, vuelva a limpiar el área con una solución de cloro (una parte de cloro regular doméstico en 10 partes de agua).

- No comparta cepillos de dientes, máquinas de afeitar, agujas para perforar las orejas, limas de uñas, cortauñas, tijeras de uñas, toallas, o cualquier cosa que pueda haber estado en contacto con su sangre o fluidos corporales.
- No comparta jeringas ni agujas.
- No done sangre, plasma, órganos, tejidos ni semen.
- Sepa que si alguien se expone a su sangre –ya sea un familiar, algún amigo, o incluso un extraño – existe tratamiento preventivo para esa persona. Si la persona expuesta recibe IGHb y comienza la serie de la vacuna contra la hepatitis B a los pocos días, esa persona tiene una excelente oportunidad de estar protegida contra el VHB!
- Se recomienda que obtenga más información acerca de la hepatitis B para que así pueda proteger mejor a su familia y amigos.

### Más fuentes de información

Si tiene alguna duda o preguntas, comuníquese con algunas de las siguientes fuentes de confianza:

#### Immunization Action Coalition

(651) 647-9009

[www.immunize.org](http://www.immunize.org)

#### American Liver Foundation

(212) 668-1000

[www.liverfoundation.org](http://www.liverfoundation.org)

#### Centers for Disease Control and Prevention

(800) 232-4636

[www.cdc.gov/hepatitis](http://www.cdc.gov/hepatitis)

#### Hepatitis B Foundation

(215) 489-4900

[www.hepb.org](http://www.hepb.org)

#### Hepatitis Foundation International

(800) 891-0707

[www.hepfi.org](http://www.hepfi.org)

#### National Digestive Diseases Information Clearinghouse

(301) 496-3583

[www2.niddk.nih.gov](http://www2.niddk.nih.gov)

#### Parents of Kids with Infectious Diseases (PKIDS)

(877) 557-5437

[www.pkids.org](http://www.pkids.org)

[www.immunize.org/catg.d/p4120.pdf](http://www.immunize.org/catg.d/p4120.pdf) · Item #P4120(8/05)