

Tratamiento del virus de la hepatitis C (VHC)

Es probable que le hayan encontrado el virus de la hepatitis C durante un análisis de sangre de rutina sobre las funciones del hígado o después de haber donado sangre. Cuando se descubre la hepatitis C, deben evaluar si tiene enfermedad hepática. Esto se suele hacer mediante diagnóstico por imágenes, como una ecografía abdominal, y un análisis de sangre. Puede que también le tomen una pequeña muestra (biopsia) del hígado. Esto permite ver si los medicamentos podrían ayudar.

La hepatitis C puede ser una enfermedad a corto plazo (aguda) o a largo plazo (crónica). Generalmente, la hepatitis C aguda se trata con reposo en cama, líquidos, una dieta saludable y abstinencia de alcohol. Con nuevos tratamientos, la hepatitis C crónica puede curarse en la mayoría de las personas. Pero incluso después de que se haya curado, puede contraerla nuevamente.

Siga estos pasos

Para ayudar a mantener el cuerpo fuerte y posiblemente aliviar los síntomas, haga lo siguiente:

- **No fuerce el hígado.** No consuma alcohol ni medicamentos innecesarios. El proveedor de atención médica podría recomendarle que no tome paracetamol ni antinflamatorios no esteroides (AINE) o que tome dosis más bajas. En ocasiones, podría seguir usando estos medicamentos de manera segura. Siempre consulte al proveedor de atención médica antes de tomar suplementos o medicamentos de venta libre.
- **Mantenga una alimentación saludable.** Una alimentación con bajo contenido de grasa y alto contenido de fibra, y con abundantes frutas y verduras frescas, lo ayudará a mantenerse sano.
- **Mantenga un peso saludable y controle otros problemas de salud.** Si tiene sobrepeso u obesidad, tendrá mayor riesgo de tener hígado graso. Lo mismo ocurre si tiene colesterol alto, presión arterial alta o diabetes. El hígado graso puede empeorar la hepatitis C.
- **Tome los medicamentos recetados.** El proveedor hablará con usted sobre los tipos de medicamentos que funcionarán mejor para usted. Es posible que deba tomar medicamentos para tratar la hepatitis C durante varios meses o más. En comparación con los tratamientos anteriores, los nuevos medicamentos son muy eficaces para curar la enfermedad. También tienen menos efectos secundarios. Se los toma por boca y durante menos tiempo.

Acuda con regularidad a las visitas de seguimiento

La hepatitis C puede empeorar y dañar el hígado sin que lo note. Es vital que programe una cita de seguimiento con el proveedor y el equipo de atención médica. Pueden hacer un seguimiento de la afección. También pueden informarle sobre nuevas investigaciones y tipos de tratamiento para la hepatitis C.



Cómo prevenir la transmisión de la hepatitis C

No hay vacunas ni medicamentos para prevenir el contagio de la hepatitis C. Es su responsabilidad cuidar a los demás.

- Cúbrase todas las lesiones en la piel y llagas. Si necesita ayuda, la persona que lo haga debe ponerse guantes de látex.
- Utilice condones durante las relaciones sexuales.
- No done sangre, plasma, otros tejidos corporales ni esperma.
- No comparta agujas, cuchillas de afeitar, cepillos de dientes, instrumentos de manicura ni otros artículos de uso personal.
- El virus de la hepatitis C puede sobrevivir en superficies fuera del cuerpo a temperatura ambiente por días. Limpie toda mancha de sangre empleando 1 parte de blanqueador doméstico con 10 partes de agua. Use guantes para limpiar.
- Hable con el proveedor de atención médica sobre la posibilidad de unirse a un grupo de apoyo.