



HEPATITIS C

INTERACCIONS AMB PRODUCTES FITOTERÀPICS

Estades en Pràctiques Tutelades
Barcelona Sud
Curs 2015-2016

Núria Boixareu Balagué
Paula Closa Granados
Cristina Garcia Rodriguez
Maria Gol Viayna
Andrea Justo López
Juanvi Mulet Bayona
Iria Rouco Carmona
Sònia Ruiz Boy
Ariadna Sánchez Preto
Maria Tusell Rabassa
Josep Xixons Dordal

Professores associades: Montse Masip, Dolors Soy

ÍNDEX

1	INTRODUCCIÓ.....	1
1.1	TRANSMISSIÓ.....	1
1.2	EPIDEMIOLOGIA.....	1
1.3	SÍMPTOMES.....	1
1.4	DIAGNÒSTIC.....	1
1.5	TRACTAMENT.....	2
1.6	VIURE AMB HEPATITIS C.....	2
2	MATERIALS I RECURSOS.....	3
3	ACTIVITATS.....	3
3.1	PRESENTACIÓ A L'ASSOCIACIÓ DE MALALTS.....	3
3.2	VÍDEO ADREÇAT ALS PACIENTS.....	4
3.3	TRÍPTIC INFORMATIU PER AL PACIENT I JOC DE RELACIONAR.....	5
4	REFLEXIONS FINALS.....	6
5	BIBLIOGRAFIA.....	6
6	ANNEX.....	7

1 INTRODUCCIÓ

El virus de l'hepatitis C (VHC) és un dels principals agents que ocasionen malaltia hepàtica crònica i una de les causes més freqüents de cirrosi (pèrdua de funció del fetge), càncer i trasplantament hepàtic. Actualment, l'hepatitis C constitueix la primera causa de trasplantament de fetge a Europa i als Estats Units.

1.1 TRANSMISSIÓ

El virus de l'hepatitis C és de "transmissió hemàtica", la qual cosa significa que les persones s'infecten per contacte directe amb sang infectada. Les formes més freqüents de transmissió de l'hepatitis C consisteixen en rebre sang o hemoderivats infectats (per exemple, transfusió de sang abans de 1992) i compartir agulles i xeringues a l'injectar-se drogues. La transmissió també pot ser perinatal de la mare al fetus durant l'embaràs, tot i que és poc freqüent.

1.2 EPIDEMIOLOGIA

L'hepatitis C és un problema de salut freqüent a nivell mundial i és una de les principals causes d'hepatopatia. Es calcula que aproximadament el 3% de la població mundial es troba infectada i cada any es comuniquen entre 3 i 4 milions d'infeccions noves a tot el món.

1.3 SÍMPTOMES

Una hepatitis C aguda pot trigar entre 50 i 150 dies a desenvolupar-se. La majoria de les persones que resulten infectades pel VHC no manifesten símptomes. No obstant això, aproximadament un 20% sí que pot presentar símptomes, sovint en forma d'una malaltia gripal breu.

Els símptomes de l'hepatitis C aguda més comuns són: astènia (cansament extrem), nàusees, icterícia (coloració groguenca de pell i ulls), orina fosca i febre.

En el 70%–90% de les persones, el virus roman en l'organisme més enllà de la fase aguda de la infecció. Es parla llavors d'una infecció crònica (definida com una malaltia continua sense millora durant almenys sis mesos) que normalment no té símptomes. Quan apareixen, símptomes, poden ser semblants als que s'experimenten durant l'hepatitis C aguda, però sense icterícia. A excepció de l'astènia, els símptomes de l'hepatitis C crònica solen ser menys nombrosos i intensos que els observats durant la infecció aguda.

1.4 DIAGNÒSTIC

Si una persona té algun motiu per sospitar que podria tenir hepatitis C o que ha pogut infectar-se, hauria d'anar al seu metge per a demanar una anàlisi de sang, ja que la forma més segura de saber si algú ha estat infectat pel virus de l'hepatitis C consisteix a analitzar la presència a la sang d'anticossos enfront del virus VHC. Cal tenir en compte que l'organisme triga una mitjana de 7-8 setmanes en produir aquests anticossos, per tant, si el possible moment d'infecció és recent i la determinació d'anticossos és negativa, caldria repetir la prova en el termini de 6 mesos.

En la prova definitiva es mesura la quantitat de material genètic, l'ARN del virus de l'hepatitis C, mitjançant una tècnica anomenada reacció en cadena de la polimerasa (PCR).

1.5 TRACTAMENT

Fins fa poc, el tractament de l'hepatitis C estava format per Interferó pegilat (PEG-IFN) i Ribavirina (RBV), amb injeccions setmanals durant 48 setmanes. Aquest tractament curava a la meitat dels tractats però sovint donava lloc a greus efectes adversos. Per això, nous fàrmacs s'han desenvolupat: els agents antivírics directes (AAD), més eficaços, més segurs i millor tolerats.

Actualment existeixen tres famílies de fàrmacs:

Inhibidors de la proteasa, terminació "-previr" : Simeprevir, Paritaprevir.

Inhibidors de la polimerasa: terminació "-buvir": Sofosbuvir, Dasabuvir.

Inhibidors de la proteïna NS5A, terminació "-asvir": Daclatasvir, Ombitasvir.

1.6 VIURE AMB HEPATITIS C

És molt important seguir una dieta saludable i equilibrada ja que el fetge processa i filtra tot el que mengem i bevem.

El fet d'evitar certs aliments pot reduir l'esforç d'assimilació i desintoxicació del fetge, millorant-ne l'estat de salut.

- ✓ Els aliments processats contenen sovint additius químics, pel que es recomana reduir el consum d'aliments enllaunats, congelats i en conserva.
- ✓ Les proteïnes derivades de les aus, el peix i els vegetals són les més beneficioses. Es recomana a totes les persones amb qualsevol malaltia hepàtica que no consumeixin mariscs crus o poc cuinats i que evitin els aliments rics en greixos, sal o sucre.
- ✓ La cafeïna és una substància química que ha de ser processada pel fetge, per la qual cosa es recomana limitar el seu consum reduint la quantitat de cafè, te i begudes gasoses. Atès que la xocolata té un elevat contingut en greixos (i en alguns tipus, també en cafeïna), ha de consumir-se amb moderació.
- ✓ Una dieta ben equilibrada hauria de contenir totes les vitamines essencials necessàries, però algunes persones prenen més suplementes vitamínics. Els suplementes de vitamines poden ser perjudicials i si cal prendre vitamines i minerals suplementaris, és preferible triar-los sense ferro i en dosis baixes .

Pel que fa a l'abús de l'alcohol està demostrat que pot accelerar en gran mesura la progressió de la malaltia.

Cal tenir present que la majoria de drogues i fàrmacs es processen en el fetge. Consulteu sempre amb el vostre metge de capçalera o el vostre hepatòleg abans de prendre fàrmacs ja siguin amb o sense recepta. És important destacar que cada persona és diferent i el que un pacient amb hepatitis C pot tolerar bé a un altre pot succeir el contrari. Per tant és important que cadascú adapti la seva dieta segons la seva experiència individual.

2 MATERIALS I RECURSOS

Per elaborar aquest treball s'ha realitzat una cerca bibliogràfica a diferents pàgines webs i publicacions, com guies de pràctica clínica, revistes electròniques procedents de diverses associacions de malalts, publicacions específiques, etc..

També ens hem basat en les entrevistes als pacients que es fan als serveis de farmàcia dels nostres hospitals i en els dubtes que solen consultar amb més freqüència.

3 ACTIVITATS

3.1 PRESENTACIÓ A L'ASSOCIACIÓ DE MALALTS

Objectiu

Analitzar el paper del farmacèutic en relació als medicaments.

Aquesta activitat pretén donar uns coneixements bàsics de l'Hepatitis C, incloent informació dels tractaments més comuns i posant especial èmfasi en les possibles interaccions del tractament amb les plantes medicinals.

Degut al desconeixement general de la població respecte a la combinació de productes fitoteràpics i complements alimentaris junt amb fàrmacs, es destaca la importància del paper del farmacèutic com especialista en l'ús dels medicaments. En particular, es ressalta al farmacèutic com a personal sanitari al que acudir en cas de dubtes referents al tractament farmacològic i a les possibles interaccions.

Amb l'objectiu de facilitar la identificació dels productes fitoteràpics potencialment tòxics així com els beneficiosos, s'ha realitzat una recerca bibliogràfica per a per a determinar quines de les herbes més emprades són tòxiques en pacients amb hepatitis C.

Desenvolupament

Mitjançant una presentació *Power point* s'ha intentat transmetre als pacients tota aquella informació relativa a la seva malaltia i el seu tractament i aportar tots els coneixements possibles sobre posologia i interaccions amb productes fitoteràpics.

Veure *Power point* a l'annex I.

Conclusions

S'ha aconseguit convèncer al pacient de que el farmacèutic és un professional de la salut que pot aportar-li tota la informació que necessita sobre la malaltia i el tractament.

Aquesta presentació ens ha permès explicar als pacients les diferents línies de tractament per a l'hepatitis C, d'una manera senzilla i entenedora.

3.2 VÍDEO ADREÇAT ALS PACIENTS

Objectius

Adequar els fàrmacs individualment en funció de cada pacient.

Aquesta activitat pretén mostrar com el farmacèutic s'encarrega de revisar individualment el cas de cada pacient per oferir uns consells o informació que s'adeqüi a les característiques individuals de cada persona. En aquest cas, l'objectiu del vídeo ha estat posar de manifest la manera en la que el farmacèutic intervé i participa en l'abordatge terapèutic del VHC. Com a especialista del medicament, és el responsable d'explicar, fer entendre i ensenyar tot el relatiu als fàrmacs. És per aquest motiu que el vídeo s'ha dissenyat per mostrar com ha d'actuar un farmacèutic, què ha de dir (posologia i els possibles efectes adversos), què ha de preguntar (per detectar l'adherència al tractament), i de quina forma ho ha de fer (tracte i vocabulari a emprar) per tal d'estar al costat del pacient. Concretament, s'ha enfocat remarquant el paper del farmacèutic a l'hora de detectar possibles interaccions, més enllà de les ocasionades pròpiament pels fàrmacs, en el tractament de l'hepatitis C. Per fer-ho, s'ha pretès emfatitzar en la importància del paper del farmacèutic en l'entrevista amb el pacient, amb la finalitat de representar les premisses de les que hauria de constar una correcta entrevista, així com el rol del farmacèutic en cada moment. Per dur-ho a terme s'ha representat un clima de confiança i de participació activa amb la finalitat de que el farmacèutic pugui tenir constància de si el pacient pren algun tipus de preparat a base de plantes, suplementos vitamínics, proteics o dietètics, deixant constància que són susceptibles d'interaccionar amb el tractament en qüestió.

També s'ha posat especial èmfasi en mostrar al pacient que pot disposar d'una consulta privada amb el farmacèutic sempre que ho requereixi, destacant la importància de la primera visita en la que se li presenta el fàrmac i tota la informació necessària per a un ús adient del mateix.

Desenvolupament

Mitjançant un vídeo adreçat als pacients s'ha representat una primera visita amb el farmacèutic per tal de presentar-li el seu tractament i explicar-li com prendre'l tot adaptant-lo a les característiques individuals d'aquest nou pacient. S'ha fet especial èmfasi en aquelles interaccions que poden produir-se entre els preparats a base de plantes i herbes i el tractament de la malaltia.

Veure diàleg complet del vídeo a l'Annex II.

Conclusions

Mitjançant el vídeo s'ha incidit en l'especial importància d'indicar al metge o farmacèutic tots aquells preparats que poden interaccionar amb la medicació. S'ha incidit en el fet de que un preparat a base de plantes, tot i ser natural, no vol dir que també sigui segur.

3.3 TRÍPTIC INFORMATIU PER AL PACIENT I JOC DE RELACIONAR

Objectius

Aportar, com a professionals de la salut, eines d'informació i educació als pacients.

Aquesta activitat té com a objectiu elaborar material (tríptic i joc) per a facilitar la transmissió de la informació als pacients. Aquest material permet disposar d'una eina de consulta ràpida i senzilla que proporciona dades de les entitats a les que acudir en cas de dubte o emergència.

Per altra banda, el joc fa un recull dels productes fitoteràpics més emprats amb l'objectiu de que els pacients relacionin la imatge de la planta i el seu nom en llatí amb 4 termes catalans per nombrar la planta, provinents de diferents zones de Catalunya. D'aquesta forma, els pacients estaran més familiaritzats amb les diferents formes en les que es pot identificar una planta. El nombre d'espècies vegetals escollides ha estat de 20.

Desenvolupament

S'ha dissenyat un tríptic que proporciona informació general sobre la malaltia i sobre les interaccions entre els fàrmacs emprats per l'hepatitis i productes fitoteràpics. A més, en el mateix es proporcionen telèfons i pàgines web d'entitats amb les que contactar en cas d'emergències o dubtes relacionats amb la malaltia.

El tríptic s'ha dividit en les següents parts:

- Informació bàsica sobre l'hepatitis C (què és, com es transmet...)
- Tractament actual més freqüent de l'hepatitis C i interaccions amb altre medicació, nutrients i productes naturals.
- Llista d'idees claus respecte interaccions amb plantes, vitamines i minerals.
- Informació sobre associacions d'hepatitis (nom de l'associació i adreça electrònic), telèfons de consulta i pàgines web de cerca d'interaccions de fàrmacs amb productes naturals.

Així mateix, s'ha elaborat un joc amb el que es pretén donar a conèixer als pacients les plantes més comuns emprades per la població i la seva toxicitat en pacients sotmesos a tractament farmacològic per a l'Hepatitis C.

L'activitat es desenvolupa en una plantilla de cartolina DIN-A2. A la cartolina, ja es troben col·locades les imatges de les plantes, juntament amb el seu nom en llatí, organitzades en 4 columnes (5 plantes a cada una), havent al costat de cada imatge 4 cel·les marcades per a posar els mots. Les paraules es troben en petits post-its, per a què els pacients puguin anar enganxant i desenganxant al seu gust durant l'activitat.

El joc es realitzarà de columna en columna, entregant en cada una de les parts el sobre corresponent amb els sinònims inclosos dins.

Per a fer més fàcil i interactiu el joc, els 4 sinònims que corresponen a cada planta es troben en 4 post-its de diferents colors: verd, taronja, groc i rosa.

A més, anar realitzant el joc per columnes permet seguir amb la presentació, ja que cada colla de plantes forma part d'un grup diferent de plantes, classificades en funció de la seva toxicitat: cap interacció amb els fàrmacs actuals de l'hepatitis C, precaució per possible interacció o hepatotoxicitat, no prendre per interacció demostrada i no prendre per forta hepatotoxicitat.

Els sinònims emprats en el joc s'han extret del llibre, dirigit per Joan Vallès, denominat *Noms de plantes. Corpus de Fitonímia Catalana*.

Veure tríptic i joc als Annexos III i IV.

Conclusions

La realització del joc ens ha permès adonar-nos de la gran riquesa de la nostra llengua catalana.

El tríptic ens ha ajudat a saber transmetre informació d'una forma visual, clara i senzilla. A més, ens ha permès conèixer diferents associacions de pacients i les activitats que hi realitzen.

4 REFLEXIONS FINALS

Durant la recerca d'interaccions hem vist que a diferència de les interaccions entre fàrmacs, hi ha bastant manca d'informació i/o evidència en interaccions amb plantes i altres productes naturals.

A més, ens ha permès familiaritzar-nos amb les eines de consulta emprades habitualment en l'àmbit de la farmàcia ambulatoria.

Per altra banda, la realització d'aquest treball ens ha aportat nous coneixements sobre l'Hepatitis C i el seu tractament.

5 BIBLIOGRAFIA

Associació catalana de malalts d'hepatitis: <http://asscat-hepatitis.org/>

Organització Mundial de la Salut, Hepatitis C: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs164/es/>

Klenerman, P., Fitzmaurice, K. *An update on hepatitis C virus. Infectious disease: chronic viral infection*. Clinical Medicine, 2015. Vol 15, No 6: s33–s36

VALLÈS, Joan (dir.). *Noms de plantes: Corpus de fitonímia catalana* [en línia]. Barcelona: TERMCAT, Centre de Terminologia, cop. 2014. (Diccionaris en Línia)

6 ANNEX

I. Power point

VIRUS DE L'HEPATITIS C

INTRODUCCIÓ (I)

El **VHC** és un virus de la família *Flaviviridae*, que causa malaltia hepàtica crònica. És una de les causes més freqüents de cirrosi, càncer i transplantament hepàtic.

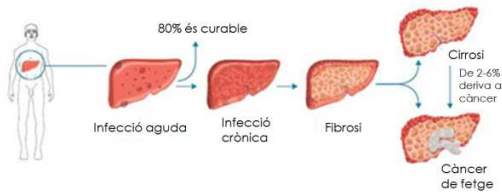


La **SIMPTOMATOLOGIA** del pacient infectat per Hepatitis C, inclou: dolor en el quadrant superior dret de l'abdomen, ascitis, femta pàl·lida, orina tèrbola, fatiga, febre, prujia, icterícia, anorèxia, nàusees i vòmits.

VIRUS DE L'HEPATITIS C

INTRODUCCIÓ (III)

EVOLUCIÓ de la malaltia:



VIRUS DE L'HEPATITIS C

CÀRREGA VIRAL

La **càrrega viral** (CV) permet determinar la presència d'ARN del VHC en la sang.

OBJECTIUS de la CV:

- Diagnòstic
- Confirmar infecció crònica del VHC
- Predir l'èxit del tractament: CV < 400000 → Millors resultats
- Evolució i seguiment de la malaltia

VIRUS DE L'HEPATITIS C

INTRODUCCIÓ (II)

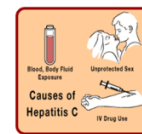
Diferenciem dues **FASES** de l'Hepatitis en funció de la persistència del virus:

- **Fase Aguda**: quan porta menys de 6 mesos.
- **Fase Crònica**: superats els 6 mesos d'infecció.

EPIDEMIOLOGIA de l'Hepatitis C en fase crònica

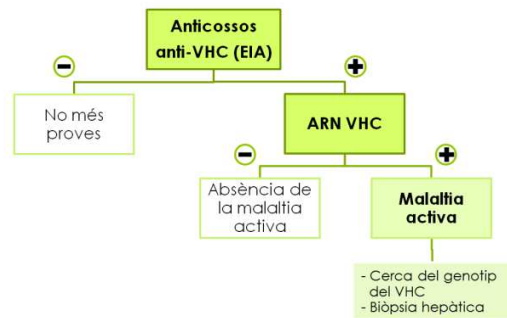
- Afecta a 185 milions de persones, 3% de la població mundial

TRANSMISSIÓ
↓
SANG
MUCOSES



VIRUS DE L'HEPATITIS C

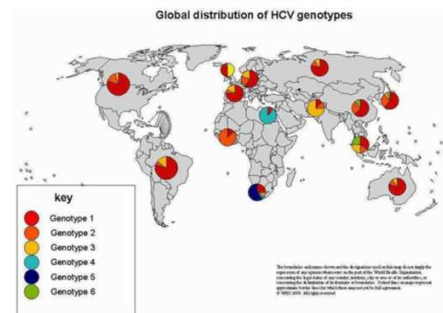
DIAGNÒSTIC



◀ ▶ ⏪ ⏩

VIRUS DE L'HEPATITIS C

GENOTIPS



VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT I

Factors a tenir en compte en l'**ELECCIÓ DEL TRACTAMENT**:

- Genotip
- Naïve o pretractat (**Resposta durant el tractament**)
- Grau de fibrosi (F1, F2, F3, **F4 CIRROSI**)
- Medicació habitual (**Interaccions**)

OBJECTIU DEL TRACTAMENT:

- **Resposta Viral Sostinguda (RVS)**: VHC no detectable en 12-24 setmanes després d'haver completat tractament

CURACIÓ

- Evitar complicacions de la malaltia (cirrosi, càncer hepàtic)

VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT (III)



VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT (V)

TRACTAMENT ACTUAL

PRINCIPALS COMBINACIONS	NOM COMERCIAL	GENOTIPS
sofosbuvir/ledipasvir	Harvoni®	1, 4, 5, 6
ombitasvir/paritaprevir/ritonavir + dasabuvir	Viekirax® + Exviera®	1
sofosbuvir + simeprevir	Sovaldi® + Olysio®	1
sofosbuvir + daclatasvir	Sovaldi® + Daklinza®	1,3
sofosbuvir + ribavirina	Sovaldi® + ribavirina	2
ombitasvir/paritaprevir/ritonavir + ribavirina	Viekirax® + ribavirina	4

Duració: 12 o 24 setmanes
Menys efectes adversos
Millors resultats

VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT (II)

ADHERÈNCIA al tractament:

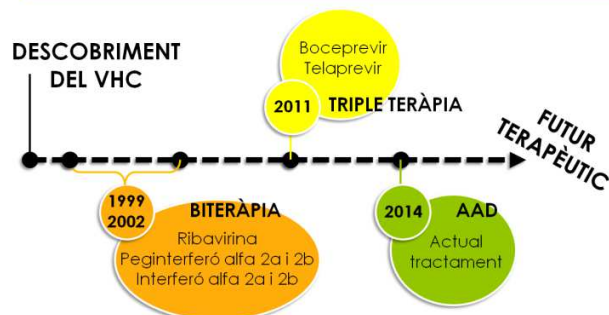
« El grau en què la conducta d'un pacient, en relació amb la presa de medicació, es correspon amb les recomanacions acordades amb el professional sanitari »



1. **CURACIÓ DE LA MALALTIA**
2. **EVITAR RESISTÈNCIES VÍRIQUES**

VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT (IV)



Antivirals d'acció directa (AAD)

VIRUS DE L'HEPATITIS C

TRACTAMENT (VI)

EFFECTES ADVERSOS del tractament contra el VHC:

- Vòmits, nàusees i/o inapetència
- Diarrea
- Cefalea i mareig
- Anèmia
- Insomni
- Prujja i erupció cutània



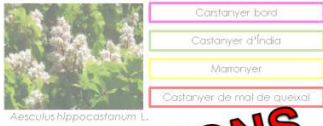
QUÈ SÓN?

Una interacció és la modificació de l'efecte d'un fàrmac per l'acció de:

- Altres fàrmacs
- Aliments
- Vitamines i minerals
- Drogues
- **Plantes**



INTERACCIONS DEL TRACTAMENT



NO INTERACCIONEN

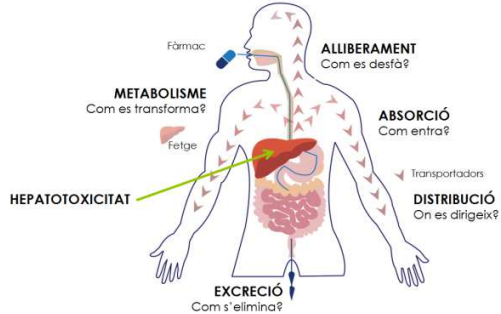
PRECAUCIÓ

INTERACCIONS FORTES

HEPATOTÒXIQÜES

INTERACCIONS DEL TRACTAMENT

COM PODEN INTERACCIONAR?



INTERACCIONS DEL TRACTAMENT

INTERACCIONS METABÒLIQUES

El **metabolisme** és la conversió del fàrmac en un altre producte, normalment amb l'objectiu de que perdi efecte i sigui més fàcil d'eliminar.

La majoria dels fàrmacs són metabolitzats al fetge per acció d'unes proteïnes anomenades **CITOCROMS**.

Segons com afectin el metabolisme, distingim:

INHIBIDORS

⊖ Metabolisme ⊕ Fàrmac ⊕ Efectes adversos

INDUCTORS

⊕ Metabolisme ⊖ Fàrmac ⊖ Eficàcia

INTERACCIONS DEL TRACTAMENT

EXEMPLES

Card maríà, cúrcuma, equinàcia, te verd:

- Inhibeixen el citocrom CYP3A4
- **Més efectes adversos del tractament**

Ginkgo, ginseng, regalèssia:

- Indueixen el citocrom CYP3A4
- **Menys efectivitat del tractament**

Boldo, aloe-vera, carxofa → **Hepatotoxicitat.**

II. Diàleg vídeo

Veuen en off: La Maria és una noia de 24 anys a qui se li ha diagnosticat la infecció pel Virus de la Hepatitis C. Fa un any li van haver de realitzar una transfusió de sang perquè va patir un accident de trànsit i uns mesos més tard es va descobrir que la sang estava contaminada.

L'equip de Digestiu ha decidit prescriure-li l'últim tractament que ha sortit al mercat: Viekirax i Exviera. Avui la Maria ha passat visita amb el doctor, que li ha explicat quin serà el pla terapèutic que seguiran i li ha donat la recepta perquè vagi a buscar la medicació al Servei de Farmàcia de l'Hospital.

Ella ha baixat a la Farmàcia per fer la visita d'inici i per recollir els medicaments. Durant l'entrevista, la farmacèutica li ha explicat en què consisteix el tractament i com i quan ha de prendre la medicació: dos comprimits de Viekirax i un de Exviera a l'esmorzar, tal com surt dibuixat en els blisters representat amb un sol i un d'Exviera a l'hora de sopar, que s'indica amb el color blau i la lluna. La farmacèutica ha fet èmfasi en que s'han de prendre amb aliments, que ha de ser molt rigorosa amb els horaris de presa de la medicació i que se'ls ha de prendre cada dia durant les 12 setmanes que dura el tractament. I que si ho fa així, té més del 90% de probabilitats de curar-se. Una vegada explicat tot el tractament i els seus possibles efectes adversos, la farmacèutica procedeix a fer la revisió de la medicació habitual de la Maria:

F: - Bé doncs, Maria. Una vegada vist en què consisteix el tractament, com i quan te l'has de prendre, anem a comprovar que no prens cap altra medicació que pugui interaccionar amb Viekirax i Exviera. Pel que veig, no tens recepta electrònica, això és perquè no prens cap medicament de forma rutinària?

P: - No, no en prenc.

F: - Clar, al ser tan jove no tens problemes de colesterol, ni de tensió, ni de sucre... oi?

P: - No, res de res. I creuem els ditets perquè no en tingui mai...

F: - Tan de bo! Llavors, tampoc prens cap preparat a base de plantes o herbes?

P: - Ah sí! Això sí. Quan em van dir que tenia el VHC vaig anar a un herbolari en la que em van recomanar el card marià, perquè protegeix el fetge. I me'n prenc cada dia a l'hora d'esmorzar.

F: - Doncs Maria, l'hauré de deixar de prendre perquè malgrat ser un hepatoprotector es metabolitza per la mateixa via que els medicaments que et prendràs i pot causar interaccions.

P: - Ah! Ui! No, no!

F: - Llavors, què més? Tens costum de prendre regalèssia? O de beure infusions?

P: - La regalèssia no m'agrada i d'infusions sí que en prenc: una de digestiva després de dinar i una valeriana abans d'anar a dormir.

F: - Millor que no t'agradi la regalèssia perquè podria interferir. Llavors, t'explico, la valeriana hi ha llocs on diu que no hi ha problema pel fet de prendre-la però d'altres on posa que podria ser susceptible de donar lloc a interaccions. Per tant, et recomanaria que la canviessis per una infusió de Melissa i Passiflora, que també són relaxants i no tenen possibilitat d'interaccionar. Et sembla?

P: - Ah! Sí sí!

F: - Perquè la digestiva, saps què porta? Quina és?

P: - La Infudigest, d'Hornimans. Crec que porta camamilla, rooibos i anís.

F: - Cap problema, doncs, aquesta la pots seguir prenent. Cafè en prens?

P: - Sí! I el necessito per activar-me al matí! No em diguis que no el puc prendre!!

F: - No, no. Tranquil·la. Al revés, t'anava a aconsellar que en prenguessis perquè s'ha vist que té un efecte protector del fetge. De fet hi ha estudis que recomanen un mínim de 3 al dia.

P: - Oi què bé!

F: - Què més? Prens algun suplement per augmentar les defenses? Algun complex vitamínic o algun tipus de suplement de proteïnes o dietètic?

P: - No, no res d'això. Només en època de fred prenc equinàcia, que estimula les defenses.

F: - Doncs no. L'equinàcia està clarament contraindicada. Per tant, mentre duri el tractament no en prenguis. Però no pateixis perquè si fas el tractament a consciència d'aquí tres mesos ja podràs tornar a la normalitat i prendre el que vulguis. Per tant, l'hivern que ve ja tornaràs amb l'equinàcia. I pel que al menjar, fas alguna dieta concreta o tens alguna restricció alimentària?

P: - No, la veritat és que segueixo una alimentació molt normal.

F: - Perfecte, doncs. Ara ja estem però has vist que aquest és un tractament que pot donar lloc a diverses interaccions i per tant és molt important que abans de prendre qualsevol medicament ja sigui un antiinflamatori, un antibiòtic... que ho consultis al farmacèutic. I pel que fa a fitoteràpia i altres suplementes, els que ja hem comentat cap problema, però no n'introdueixis de nous. Tot plegat, són només tres mesos. I val la pena fer-ho bé. Mira, aquí tens el tríptic on hi ha telèfons de contacte, diferents associacions.... Bé, ja te'l miraràs. Doncs ja estem. Ens veiem d'aquí 4 setmanes. I no oblidis de portar-nos les caixes buides. Que vagi bé!

P: - Moltes gràcies! I que tinguis molt bon dia!

III. Tríptic

**ON PUC INFORMAR-ME?
ON PODEN ASSESSORAR-ME?**

ASSOCIACIONS

- Associació Catalana de Malalts d'Hepatitis (<http://asscat-hepatitis.org/cat/>)
- Plataforma d'Afectats per l'Hepatitis C (<http://www.plafhcatalunya.org/>)
- Associació de Transplantats Hepàtics de Catalunya (<http://www.ath.cat/>)
- Asociación Española para el Estudio del Hígado (<http://aeeh.org/>)
- Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (<http://www.fneth.org/>)
- European Liver Patients Association (<http://www.elpa-info.org/>)

TELEFONS/ADRECES D'INTERES

- Servicio de Información Toxicológica (24h/365dies); +34 915 620 420
- Sistema d'emergències mèdiques; 061
- Telèfon d'emergències; 112

INTERACCIONS

- <http://www.hep-druginteractions.org/interactions.aspx>
- <https://www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/integrative-medicine/herbs/search>

U B  **Universitat de Barcelona**

Fulletó elaborat per:

Núria Boixareu Balagué
Paula Closa Granados
Cristina García Rodríguez
Maria Gol Vjajna
Andrea Justo López
Juanvi Mulet Bayona
Iria Rouco Carmona
Sonia Ruiz Boy
Ariadna Sánchez Preto
Maria Tuset Rabassa
Josep Xixons Dordal

Professors associats:

Montse Masip Tomé
Dolors Soy Munet

Alumnes de la UCD de Barcelona Sud 


Barcelona, abril 2016



QUÈ ÉS L'HEPATITIS C?

L'hepatitis C és una infecció ocasionada per un virus que causa la inflamació del fetge.

L'hepatitis C es coneix com la "malaltia silenciosa" perquè moltes persones no tenen símptomes, començant a tenir-ne quan el fetge ja està greument danyat. Això pot succeir molts anys després d'haver contret la infecció.



Es transmet a través de la SANG: tatuatges, xeringues, pràctiques sexuals sense protecció, etc.

Cronifica en un tant per cent elevat de casos.

NO existeix **vacuna** → les mesures de prevenció són fonamentals

Actualment es pot curar amb **tractament farmacològic** de duració entre 12 i 24 setmanes.

Nous fàrmacs més eficaços i amb menys efectes adversos han aparegut per tractar-la.

Tot i així, **ULL!** Poden ocasionar:

INTERACCIONS AMB ALTRES PRODUCTES

TRACTAMENT ACTUAL MÉS FREQUENT

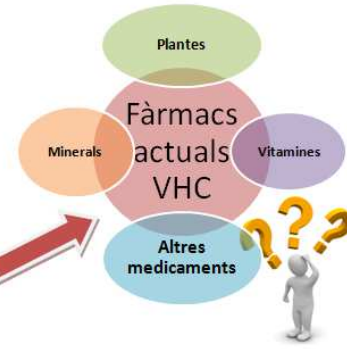
Sofosbuvir/Daclatasvir

Sofosbuvir/ Ledipasvir

Ombitasvir/Paritaprevir/ritonavir (+Dasabuvir)


Sofosbuvir/ Simeprevir

Sofosbuvir/Ribavirina



IDEES CLAU

- Producte natural **NO** equival a producte segur/innocu.
- Hi ha plantes que **poden danyar-te el fetge**.
- **No** prenguis cap producte en excés ni durant llargs períodes.
- No prenguis res que no sàpigues el que **conté exactament** i en **quina quantitat**.
- **Comentar al teu farmacèutic qualsevol producte que et prenguis**, encara que no et sembli important.
- **Res és miraculós!** → No et creguis tota la informació que trobis, ni el que et diguin els teus coneguts.
- Si vols prendre productes naturals, pregunta a la **farmàcia** → **podran assessorar-te**.
- La **informació** sobre productes naturals **evoluciona ràpidament**; el que ahir no donava cap problema, avui es pot haver vist que sí.
- El nou tractament de l'**hepatitis C** dura pocs mesos, **NO T'ARRISQUIS!**
- Sota qualsevol dubte, **consulta al teu farmacèutic!**



IV. Joc

