

# Do you or someone you know have hepatitis C?

## As many as 4 million Americans have hepatitis C

| What is hepatitis C?  | How does it hurt me?            | How long does it take to hurt me?   |
|---|---------------------------------|---|
| Hepatitis C is the inflammation of the liver caused by the hepatitis C virus. | Hepatitis C attacks your liver. | It takes many years for hepatitis C to cause major damage to the liver and to make a person sick. |

### Now that I know I have hepatitis C, what can I do?

| Is there treatment?  | How do I know if medication is right for me?  | Can I make healthy choices to fight hepatitis C?   |
|--|---|--|
| <p><b>Yes.</b></p> <p>There is medication for hepatitis C, but it only works in about half of the people who have the infection.</p> | <p>You must talk to your doctor and he or she will make that decision with you.</p> | <p><b>Yes.</b></p> <p>Some of the things you can do include:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Take medication, if your doctor prescribes it.</li> <li>• See your doctor or nurse for regular check-ups.</li> <li>• Get vaccinated for hepatitis A and hepatitis B.</li> <li>• Stop drinking alcohol.</li> <li>• Eat a healthy and balanced diet with lots of fruits and vegetables.</li> <li>• Exercise, get plenty of sleep, and consider joining a support group.</li> </ul> |

### How can I protect my family and others from getting hepatitis C from me?

| Can you get hepatitis C from touching?  | Can you get hepatitis C from household items?   | Can you get hepatitis C from having sex?  |
|---|---|---|
| <p><b>No.</b></p> <p>You cannot get hepatitis C from:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hugging</li> <li>• Coughing</li> <li>• Sneezing</li> <li>• Sharing utensils</li> </ul> | <p><b>Yes.</b></p> <p>Anything that has your blood on it can pass hepatitis C to another person.</p> <p><b>So, do not share:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Needles</li> <li>• Toothbrushes</li> <li>• Razors</li> <li>• Nail Clippers</li> <li>• Pierced earrings</li> </ul> <p><b>If you have a cut, cover it with a bandage.</b></p> | <p><b>Yes.</b></p> <p>If you have more than one sexual partner, use a latex condom. If a woman has hepatitis C, avoid sex during monthly periods.</p> |

It is important that you learn as much as you can about hepatitis C. Lifestyle changes can help to slow down or stop the disease from getting worse. Work closely with your doctor or nurse to make the best choices to stay healthy.

# ¿Tiene usted o algún conocido hepatitis C?

## Alrededor de 4 millones de estadounidenses tienen hepatitis C

| ¿Qué es la hepatitis C?  | ¿Cómo me hace daño? | ¿Cuánto tiempo tardo en enfermarme?   |
|--|---------------------|---|
| Es la inflamación del hígado causada por el virus de la hepatitis C. | Atacando su hígado. | Lleva muchos años para que la hepatitis C cause daño considerable al hígado y enferme a la persona. |

## Ahora que sé que tengo hepatitis C, ¿Qué puedo hacer?

| ¿Hay algún tratamiento?   | ¿Cómo sé si los medicamentos son los correctos para mí?         | En la batalla contra la hepatitis C, ¿puedo hacer elecciones saludables?  |
|---|---|---|
| <p><b>Si.</b></p> <p>Hay medicamentos para la hepatitis C, pero solo son eficaces en la mitad de las personas infectadas.</p> | <p>Debe hablar con su doctor y juntos tomarán una decisión.</p> | <p><b>Si.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluimos algunas de las cosas que puede hacer:</li> <li>• Tome los medicamentos, si su doctor se los ha recetado.</li> <li>• Visite a su doctor o enfermera regularmente para control.</li> <li>• Vacúnese contra la hepatitis A y la hepatitis B.</li> <li>• Deje de tomar bebidas alcohólicas.</li> <li>• Coma sano. Siga una dieta nutritiva que incluya muchas frutas y vegetales.</li> <li>• Haga ejercicio, duerma bien, y considere unirse a un grupo de apoyo.</li> </ul> |

## ¿Cómo puedo proteger a mi familia y otras personas de contagiarse con mi hepatitis C?

| Tocar a alguien, ¿contagia?   | ¿Puede usted contagiar con hepatitis C a través de artículos del hogar?   | ¿Puede usted contagiar con hepatitis C a través de las relaciones sexuales?  |
|---|---|--|
| <p><b>No.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No puede contagiarse con hepatitis C a través de:</li> <li>• Los abrazos</li> <li>• La tos</li> <li>• Los estornudos</li> <li>• Compartiendo utensilios</li> </ul> | <p><b>Si.</b></p> <p>Todos los artículos que tengan su sangre pueden contagiar con hepatitis C a otra persona.</p> <p>Entonces, no comparta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agujas</li> <li>• Cepillos de Dientes</li> <li>• Afeitadoras</li> <li>• Cortauñas</li> <li>• Aretes en el Cuerpo</li> </ul> <p>Si tiene una herida, cúbrala con un vendaje.</p> | <p><b>Si.</b></p> <p>Si usted tiene relaciones con más de un compañero, use condones de látex. Si una mujer tiene hepatitis C, debe evitar las relaciones sexuales durante la regla.</p> |

Es muy importante que se informe acerca de la hepatitis C. Cambios en su estilo de vida pueden ayudar a retrasar la enfermedad o a evitar que empeore. Colabore con su doctor o enfermera para tomar las mejores decisiones para mantenerse saludable.