

## ÍNDICE

■ <b>Introducción</b> .....	8
■ <b>Capítulos</b> .....	10
1. <b>¿Por qué una Guía para familiares, cuidadores y amigos?</b> .....	10
2. <b>El hígado</b> .....	12
2.1. Anatomía del hígado .....	12
2.2. Funciones del hígado .....	13
2.3. Las hepatitis virales .....	15
3. <b>¿Qué es la hepatitis C?</b> .....	25
3.1. El virus de la hepatitis C .....	25
3.2. Situaciones de riesgo y transmisión .....	26
3.3. Medidas de prevención para evitar la transmisión .....	27
3.4. <i>Historia natural de la hepatitis C</i> .....	29
4. <b>Reacciones emocionales del paciente con hepatitis C</b> .....	30
4.1. Paciente en fase de diagnóstico o recién diagnosticado .....	31

4.2. Paciente en fase de tratamiento .....	35
4.3. Paciente en espera de trasplante hepático .....	36
<b>5. Reacciones emocionales en los familiares, cuidadores y/o entorno social .....</b>	<b>37</b>
5.1. Reacciones comunes en las parejas, familiares, cuidadores y entorno social .....	38
5.2. Signos de alarma de agotamiento emocional y físico.....	42
5.3. Estrategias para cuidarse como cuidador .....	43
<b>6. ¿Cómo viven los hijos la enfermedad? .....</b>	<b>54</b>
6.1. Reglas importantes .....	55
6.2. Recomendaciones para los padres o personas que facilitan la información a los hijos.....	56
<b>7. ¿Cómo afecta la enfermedad a las relaciones de pareja? .....</b>	<b>58</b>
7.1. Reacciones emocionales de la pareja.....	58
7.2. Las relaciones sexuales .....	61
7.3. Embarazo. Miedos y dudas más frecuentes.....	63

<b>8. ¿Cómo ayudar al paciente a convivir con su enfermedad?</b> .....	<b>65</b>
8.1. Gestión de las emociones.....	66
8.2. Importancia de la “adherencia terapéutica” .....	70
8.3. Importancia de la calidad de vida: alimentación y actividades físicas.....	73
8.4. Importancia de las Asociaciones de Pacientes y Familiares.....	77
<b>9. El duelo o pérdida del ser querido</b> .....	<b>79</b>
<b>10. Testimonios de pacientes y familiares</b> .....	<b>82</b>
<b>11. Recursos</b> .....	<b>108</b>
<b>12. Diccionario de términos</b> .....	<b>110</b>