



La maladie de NASH, ou la maladie du « foie gras humain »

Son nom ne vous dit peut-être rien, pourtant la maladie de « NASH », maladie du foie gras ou de la « malbouffe », pourrait être l'un des maux du siècle. Les médecins lancent un signal d'alarme : cette pathologie, qui affecte déjà près d'1 Français sur 10, pourrait toucher beaucoup plus de monde dans un avenir proche.

Qu'est-ce que la maladie de NASH ?

NASH représente l'acronyme anglais de la stéatose hépatique non alcoolique (« non-alcoholic steatohepatitis ») soit une grave inflammation du foie, qui n'est pas due à l'alcool. Cette maladie associe une accumulation de graisse dans le foie, une inflammation et une dégénérescence des cellules hépatiques identiques à celles qu'aurait causées une hépatite alcoolique. Mais sans douleur ni symptômes... La NASH est une maladie silencieuse qui touche autant les adultes que les enfants. Souvent diagnostiquée au détour d'une prise de sang, presque par hasard, la NASH est une maladie qui concernerait avant tout les patients diabétiques ou obèses. En effet, elle n'est pas liée à la consommation d'alcool mais à une autre dépendance : l'addiction au sucre.

Une maladie en forte progression

Si le terme de « NASH » date de plus de 20 ans, jusqu'à présent néanmoins on évaluait mal l'ampleur du phénomène. Mais aujourd'hui, on sait qu'aux États-Unis par exemple la prévalence de la NASH s'élève à 12 % de la population adulte ; un chiffre qui monte à 22 % chez les diabétiques. Face à la progression fulgurante de la maladie, les médecins s'inquiètent ; certains s'attendent à ce que la NASH devienne, dans les prochaines années, la première cause de greffe du foie.

Le foie est responsable de plusieurs fonctions importantes dans l'organisme. Il convertit les sucres qu'il redistribue lorsque le corps en a besoin. Il produit également certaines substances chimiques nécessaires à la dégradation de la nourriture et de l'alcool, ainsi qu'au retrait des toxines nuisibles du sang. Enfin, il produit des protéines qui aident le sang à bien coaguler.



À quoi cette maladie est-elle due ?

Désormais, avec l'explosion du nombre de cas de cette maladie en lien avec celle du nombre de personnes obèses et diabétiques, on s'intéresse davantage aux causes de la maladie de NASH qui sont principalement de mauvaises habitudes alimentaires et une dépendance au sucre sous toutes ses formes (sodas, gâteaux, plats préparés...).

Une alimentation trop riche associée à une activité physique trop faible sont autant de facteurs ayant un réel impact négatif sur le diabète ou l'obésité, et également sur les maladies hépatiques.

Quels sont les facteurs de risque ?

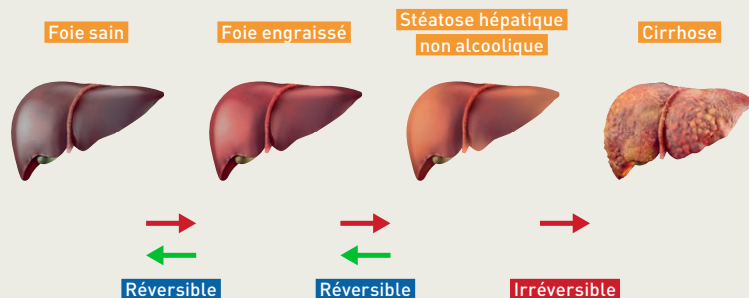
- Le diabète
- L'obésité
- Le surpoids
- La « malbouffe »

L'OMS recommande 50 grammes de sucre par jour. Or, à titre d'exemple :

- Une canette de Coca-Cola = 35 g de sucre
- Un verre de thé glacé industriel = 12 g de sucre
- Un verre de boisson énergétique = environ 23 g de sucre

Que se passe-t-il alors ?

- Le foie sature, il n'est plus capable d'assimiler les graisses et se met à les stocker.
- Les patients développent alors une sorte de « foie gras humain », prémices de la maladie.
- Cette pathologie est dite « silencieuse » car elle se développe sans symptôme apparent. Quand des signes de fatigue se font sentir et que le patient consulte, il est souvent trop tard. Dans les cas les plus graves (1 sur 3) elle peut évoluer en cirrhose. Plus inquiétant : 5 % des malades développeront, à terme, un cancer du foie (avec un taux de survie qui est faible).



Quel traitement contre la maladie ?

- Déjà manger moins gras, moins sucré et pratiquer une activité sportive !
- En attendant la commercialisation d'un médicament, pour l'instant, en cas de cirrhose sévère et si le foie est trop abîmé, la seule solution reste la transplantation.

Pour en savoir plus

<http://www.centre-hepato-biliaire.org>

Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site de la CFE : www.cfe.fr (rubrique « Votre santé »).