

# Stéatose hépatique (ou « maladie du foie gras »)

La stéatose hépatique, ou « maladie du foie gras », est une affection se caractérisant par une accumulation de graisses dans les cellules du foie. Surtout rencontrée chez les personnes en surpoids ou diabétiques, elle peut également survenir lors de consommation excessive d'alcool ou de boissons sucrées, ou en cas d'hépatites virales notamment.

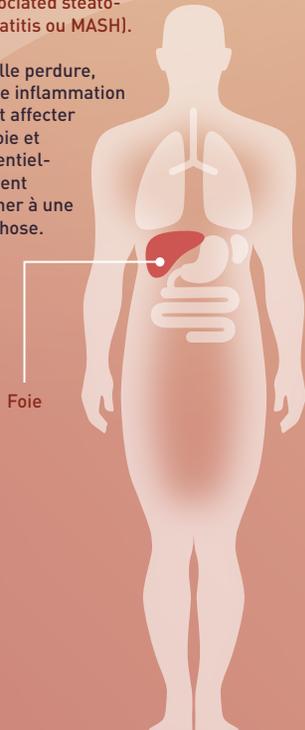
**5-7 %**

Perte de poids à partir de laquelle une amélioration du foie est déjà visible en cas de stéatose ou de stéatohépatite.

## DE LA STÉATOSE À LA CIRRHOSE

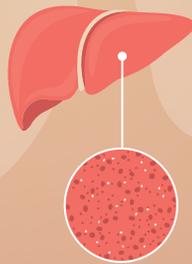
La stéatose hépatique est très largement répandue dans la population : environ un adulte sur trois est concerné. Dans certains cas, une inflammation apparaît, on parle alors de stéatohépatite (metabolic associated steatohepatitis ou MASH).

Si elle perdure, cette inflammation peut affecter le foie et potentiellement mener à une cirrhose.



Foie

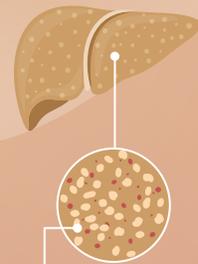
### FOIE SAIN



Le foie assume trois fonctions vitales majeures :

- Neutralisation et/ou élimination de médicaments et toxiques.
- Production de cholestérol, triglycérides, protéines et facteurs de coagulation.
- Stockage de vitamines A, D, E, K et de glycogène.

### STÉATOSE SIMPLE



Accumulation de graisses

En cas de surpoids, de manque d'activité physique, d'alimentation trop grasse, trop sucrée ou trop abondante, ou encore de consommation excessive de boissons sucrées, des graisses (lipides) peuvent s'accumuler dans les cellules du foie (les hépatocytes). On parle de stéatose ou « maladie du foie gras ».

Cette accumulation est réversible et le plus souvent sans conséquence à ce stade sur les fonctions du foie.

### STÉATOHÉPATITE

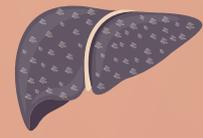


MASH / Fibrose

La surcharge en graisse peut induire une inflammation qui endommage les hépatocytes.

On parle de MASH (stéatohépatite liée à une dysfonction métabolique). Cette inflammation, lorsqu'elle perdure, peut mener à la destruction des hépatocytes et à la formation de tissu cicatriciel (fibrose) dans le foie.

### CIRRHOSE



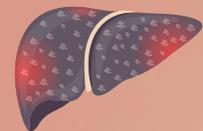
La progression de la maladie peut mener vers une cirrhose. Le foie fonctionne alors de moins en moins bien et ne peut plus assurer ses fonctions. Il durcit et sa taille diminue. Le risque de cancer du foie et de complications telles que des affections cérébrales (encéphalopathie) augmente.

Les autres causes fréquentes de la cirrhose sont l'alcool et les hépatites virales (hépatites C et B).

### Cancer du foie



### Complications (encéphalopathie notamment) et mortalité



## SYMPTÔMES

En cas d'atteinte du foie, les symptômes n'apparaissent que lorsque l'organe peine à assurer ses fonctions. Les manifestations sont donc généralement tardives. Il peut s'agir de :

- Fatigue, trouble de la concentration
- Jaunisse
- Accumulation d'eau dans le ventre (ascite) ou les chevilles (œdèmes)
- Saignements et hématomes plus fréquents

## DIAGNOSTIC

En cas de suspicion de stéatose ou de cirrhose, plusieurs examens sont possibles, parmi eux :

- Examens sanguins
- Échographie du foie
- Mesure de l'élasticité du foie (examen non invasif)
- Scanner ou IRM
- Biopsie du foie

**25-30%**

La proportion d'adultes atteints par la stéatose hépatique sans forcément le savoir.

## TRAITEMENT DE LA STÉATOSE/STÉATOHÉPATITE

En cas de stéatose ou de stéatohépatite liée à une dysfonction métabolique, les mesures à mettre en place sont surtout liées à l'hygiène de vie :

- Perdre du poids en cas de surpoids ou d'obésité
- Adopter une alimentation saine, équilibrée et sans excès
- Pratiquer une activité physique régulière et suffisante
- Éviter les boissons sucrées
- Limiter la consommation d'alcool

À noter que selon les cas, un traitement médicamenteux peut également s'avérer nécessaire.

## TRAITEMENT DE LA CIRRHOSE

En cas de cirrhose, la prise en charge est plus intensive et comprend, en plus du traitement de la stéatose :

- Avis spécialisé
- Abstinence complète d'alcool
- Dépistage et traitement d'éventuelles autres causes de maladie du foie
- Suivi nutritionnel pour favoriser la perte de poids
- Dépistage du cancer du foie (échographies régulières)

Les traitements s'envisagent ensuite au cas par cas. Dans les cas extrêmes, lorsque le foie ne peut plus assurer ses fonctions, une greffe s'impose.

planète santé