



Peut-on faire mentir les sombres prédictions de l'OMS ?

Un peu partout dans le monde, le cancer primitif du foie ne cesse de gagner du terrain. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) prédit une augmentation de 55 % des cas et des décès d'ici à 2040. En Belgique, le nombre de cas a déjà triplé ces vingt dernières années. Mais pour le Pr. Jean Delwaide, on pourrait facilement freiner cette progression en agissant sur les causes du mal, bien connues et souvent curables lorsqu'elles sont prises à temps.



JEAN DELWAIDE
Gastro-entérologue au Service de Gastro-entérologie et Hépatologie du CHU de Liège, spécialisé dans les maladies du foie

Le terrain de prédilection du cancer hépatique, c'est un foie malade. Le problème ? La plupart des malades s'ignorent : le foie ne fait pas mal, et peut se dégrader du-

rant de nombreuses années sans aucun symptôme. Jusqu'au stade de la cirrhose où l'organe est définitivement endommagé, ouvrant grand la porte à de futures tumeurs hépatiques : « La grande majorité des cancers primitifs du foie (*) (les hépatocarcinomes) surviennent sur un organe cirrhoté », confirme le Pr. Jean Delwaide. Souvent liée à une consommation excessive d'alcool, une cirrhose peut aussi être causée par une hépatite virale chronique (B ou C), ou de plus en plus fréquemment par une stéatose non alcoolique — la fameuse maladie du « foie gras ».

L'ALCOOL ET LE SUCRE SUR LE BANC DES ACCUSÉS

On le sait, une consommation régulière et excessive d'alcool risque bien de dégénérer un jour en cirrhose, « c'est d'ailleurs toujours la cause la plus fréquente en Belgique ». Les femmes sont elles aussi de plus en plus touchées, même si historiquement la cirrhose est plutôt une maladie d'hommes. « Mais même une consommation modérée représente un facteur de risque pour le foie », prévient le spécialiste. Surtout lorsqu'elle s'ajoute à la malbouffe et/ou à des problèmes de surpoids.

De fait, il n'y a pas que l'alcool qui fait trinquer le foie : depuis une trentaine

Les Belges consomment deux fois trop de sucre ! Soit en moyenne 90 g par jour, loin des 50 g recommandés par l'OMS.

d'années, on constate les effets délétères de l'alimentation industrielle sur la fonction hépatique : « Environ un Belge sur quatre souffre de stéatose à des degrés divers (dont un quart à un stade inflammatoire), sans le savoir la plupart du temps. La stéatose, c'est une accumulation de graisse dans le foie. Chronique, elle peut à terme

entraîner une cirrhose, même sans alcool ! ». Elle se diagnostique généralement à l'aide d'un bilan sanguin et d'une échographie de l'abdomen.

Contrairement à ce que l'on croit souvent, ce n'est pas la consommation de graisses en tant que telle qui provoque la stéatose, mais bien de sucres, « en particulier le fructose, présent naturellement en petite quantité dans les fruits, mais ajouté en quantités très concentrées dans nombre d'aliments industriels », y compris des produits a priori salés ! Ne parlons même pas des sodas, champions du fructose, dont un seul verre explose le quota quotidien acceptable pour un adulte. Pour le Pr. Delwaide, il faut surtout fuir comme la peste les fameux « sucres ajoutés », lisibles dans les ingrédients des produits.

BYPASS GASTRIQUE ET ALCOOL LE MÉLANGE QUI FAIT BOUM !

« On ne le répète jamais assez », estime le Pr. Olivier Detry, « toute chirurgie de l'obésité, et surtout le by-pass gastrique, est incompatible avec la consommation d'alcool ! ». Car contrairement à un fonctionnement digestif normal, « chez les

personnes qui ont subi ce type d'opération, l'alcool passe directement dans le foie et y cause des ravages. D'autant plus que ces patients ont généralement déjà des antécédents de stéatose du fait de leur surpoids ».