

MASH et diabète de type 2 : une complication silencieuse mais fréquente

Les patients atteints d'un diabète de type 2 sont à risque de développer une hépatite métabolique appelée MASH. Le 13 juin 2025 marque la journée mondiale de lutte contre la MASH, l'occasion de parler de cette complication silencieuse mais fréquente.

La stéatose hépatique ([MAFLD*](#)) couramment appelée la « maladie du foie gras » ou correspond à une accumulation de graisses à l'intérieur des cellules du foie. Cet excès de graisse dans le foie, lié à une alimentation trop riche en sucres et en graisse, peut provoquer une inflammation appelée hépatite métabolique ou [MASH](#) (*Metabolic Dysfunction Associated Steatohepatitis*). Elle touche en 2025 environ 70 %¹ des personnes atteintes de diabète de type 2 dans le monde, sans symptôme apparent. Si elle n'est pas prise en charge rapidement, elle peut entraîner des lésions irréversibles du foie : fibrose, cirrhose ou cancer du foie.

Une journée mondiale pour sensibiliser à la MASH

Si la maladie du foie gras est courante dans la population générale, certains facteurs comme le diabète de type 2, l'excès de graisse abdominale, l'hypertension artérielle, favorisent son évolution vers une MASH. Heureusement, avant que la stéatose hépatique n'évolue vers une forme grave, des mesures hygiéno-diététiques (activité physique, alimentation équilibrée, réduction des sucres ajoutés...) peuvent permettre au foie de se rétablir normalement. Il est important d'en parler avec son médecin traitant ou son diabétologue car il est possible de la prévenir et de la dépister.

Cette année encore, SOS hépatites organise cette journée mondiale de sensibilisation. La Fédération Française des Diabétiques est ravie de relayer cette initiative auprès des personnes vivant avec un diabète de type 2, pour les informer sur cette complication souvent méconnue.

Le défi Juin sans sucres ajoutés

Pour la 3^{ème} année consécutive, SOS Hépatites lance, avec le soutien de France Assos Santé, le défi de juinsanssucresajoutes.org. Ce défi collectif permet chaque année à des milliers de personnes d'interroger leur consommation de sucres ajoutés, afin de la réduire durablement, dans une démarche de prévention.

Pour en savoir plus :

Consultez nos pages :

- [MASH et diabète de type 2 : quelles sont les conséquences de la maladie du foie gras et comment les prévenir ?](#) ;
- [Comment intégrer les glucides dans mon alimentation ?](#)
- [Les complications du diabète](#) ;

- Si vous souhaitez participer au défi Juin sans sucres ajoutés, n'hésitez pas à vous inscrire sur le site : juinsanssucresajoutes.org.

*MAFLD : *Metabolic Dysfunction Associated Fatty Liver Disease*

Sources :

¹IHU ICAN, la stéatose du foie (MASH)

Crédit photo : ©Motortion