



Ma maladie du foie  
ne m'empêche pas  
de sortir.

La stigmatisation le fait.

**foie.ca**

Fondation canadienne du foie  
Canadian Liver Foundation

## Quel est l'objet de ce document?

Ce court document a été élaboré parce que nous voulions créer une ressource d'apprentissage simple pour vous et le reste de la communauté. Dans ce document, nous allons essayer d'expliquer clairement ce qu'est la stigmatisation, pourquoi elle est dangereuse et quel est le rapport entre la stigmatisation et la maladie du foie. Nous partagerons également quelques faits rapides sur deux maladies du foie qui sont très souvent stigmatisées : la stéatose hépatique non alcoolique (NAFLD) et l'hépatite C.

Il ne s'agit que d'une ressource pédagogique d'introduction. Si vous avez des questions supplémentaires sur les informations contenues dans ce site ou sur tout ce qui concerne la santé de votre foie, veuillez consulter le site [foie.ca](http://foie.ca) ou appeler la ligne d'assistance nationale.

Le service d'assistance téléphonique national est là pour que vous et vos proches puissiez trouver des réponses après le diagnostic. La ligne d'assistance est là pour vous aider à comprendre votre maladie et vous fournir les ressources dont vous avez besoin. Vous pouvez appeler le **1-800-563-5483** du lundi au vendredi de 9 h à 17 h HE ou nous adresser un courriel en tout temps à [clf@liver.ca](mailto:clf@liver.ca).

## Quel est le rapport entre la stigmatisation et mon foie?

Essentiellement, « maladie du foie » est un terme compliqué car il peut signifier tant de choses différentes. En fait, il existe plus de 100 maladies du foie différentes. Chacune d'entre elles est causée par une variété de facteurs, notamment des virus, des toxines, la génétique, l'alcool et des causes inconnues.

Parmi les maladies du foie dont vous avez peut-être entendu parler, citons l'hépatite, la stéatose hépatique non alcoolique, la cirrhose ou le cancer du foie. En raison de la grande diversité des maladies du foie, il y a souvent beaucoup de confusion et de désinformation. Cette désinformation peut parfois conduire à des suppositions, des jugements et des craintes erronés qui créent un environnement où la stigmatisation se développe.

Une façon de définir la stigmatisation est l'acte de faire honte à quelqu'un et même de le traiter différemment en raison de quelque chose comme son état de santé. Il s'agit d'une forme de stéréotype négatif. Et c'est douloureux.

Certaines maladies du foie sont liées à des facteurs tels que la consommation de drogue, d'alcool ou le surpoids. Et malheureusement, certaines personnes ont des opinions négatives et des stéréotypes sur chacun d'entre eux. De nombreuses personnes atteintes d'une maladie du foie ressentent l'impact de ces stéréotypes, qu'elles boivent ou non, qu'elles se droguent ou qu'elles soient en surpoids. Quoi qu'il en soit, personne ne mérite d'être stigmatisé ou d'avoir honte.

## Comment les gens ressentent-ils la stigmatisation?

Vous trouverez ci-dessous des informations que nous recevons parfois de la part de membres de la communauté qui vivent avec une maladie du foie.

« Je ressens toujours le besoin de dire aux gens que je bois à peine de l'alcool parce que les gens supposent que c'est comme ça que j'ai fini par avoir une maladie du foie, et je ne veux pas être jugé. »

« J'ai déménagé au Canada il y a quelques années. Dans mon pays d'origine, j'ai été ostracisé par certains membres de ma famille et même licencié lorsque j'ai dit aux gens que j'avais l'hépatite C, alors j'ai appris à le garder pour moi. Même ici au Canada, on ne se sent pas toujours en sécurité de partager ces informations avec les gens. »

« J'ai consommé des drogues par voie intraveineuse au cours de ma vie, et je sais que cela met certaines personnes mal à l'aise. Même les médecins et les infirmières me traitent différemment, alors je ne veux jamais aller à la clinique. »

« J'ai une stéatose hépatique non alcoolique, une maladie souvent liée au surpoids. Je sais que certaines personnes pensent que c'est de ma faute si je suis en surpoids et que je mérite presque ce diagnostic. La honte est terrible. »

## Pourquoi devons-nous mettre fin à la stigmatisation

Rien de positif ne vient de la stigmatisation. Il est plus difficile pour certaines personnes de révéler leur diagnostic. Elle peut constituer un obstacle à l'accès au traitement, à la prévention et au soutien. Les gens peuvent se sentir isolés et honteux. Cela rend encore plus difficiles les inégalités systémiques auxquelles sont déjà confrontées certaines personnes. Ensemble, nous pouvons construire des communautés plus saines en diffusant l'éducation et en luttant contre la stigmatisation.

# Les faits sur la stéatose hépatique non alcoolique et l'hépatite C

## La NAFLD

- La stéatose hépatique non alcoolique est la maladie du foie la plus courante au Canada, touchant plus de 7 millions de personnes.
- Généralement, le gras se développe dans le foie quand une personne consomme plus de gras et de sucres que son corps n'est capable de gérer.
- C'est souvent le cas pour les personnes atteintes de surpoids ou d'obésité, mais cela peut également se produire chez les adultes ayant un poids normal.
- Lorsque l'accumulation de graisses représente plus de 5 % du foie, on estime qu'il est atteint d'une stéatose hépatique.
- La NAFLD ne provoque généralement que peu de symptômes, voire aucun, et la plupart des gens ne découvrent qu'ils en sont atteints que lorsqu'ils subissent des tests sanguins pour d'autres raisons.
- Bien que cette maladie puisse ne pas causer de dommages physiques dans l'immédiat, on craint que cette accumulation de graisses dans le foie ne le rende vulnérable à des lésions ultérieures pouvant entraîner de l'inflammation et une cicatrisation du foie.

## Hépatite C

- Une des trois formes les plus courantes d'hépatite virale est l'hépatite C.
- Environ 250 000 Canadiens sont atteints de l'hépatite C, mais nombre d'entre eux ne le savent pas.
- Environ 75 % des personnes infectées développent une infection chronique, tandis qu'environ 25 % se débarrassent d'elles-mêmes de leur infection.
- La plupart des personnes atteintes d'hépatite C ne présentent aucun symptôme. De nombreuses personnes vivent avec l'hépatite C pendant 20 ou 30 ans sans se sentir malades. Lorsque, ou si, les symptômes apparaissent au stade tardif de l'infection, ils reflètent souvent de graves dommages au foie.
- L'hépatite C est la principale cause de cirrhoses, de cancer du foie et de transplantations hépatiques.
- Vous pouvez risquer d'être exposé à l'hépatite C en utilisant des drogues injectables (même une seule fois), en vous faisant tatouer, percer, pédicurer, manucurer ou en subissant des interventions médicales avec du matériel mal stérilisé, en partageant des articles d'hygiène personnelle avec une personne infectée (par exemple, rasoirs, brosses à dents, coupe-ongles) ou en ayant reçu une transfusion sanguine ou des produits sanguins avant juillet 1990.