

## Comment trouver un médecin ?...

Voilà une des questions que se posent bon nombre de Québécois et particulièrement les personnes atteintes d'EM/SFC qui cherchent un médecin pour :

- confirmer le diagnostic ;
- obtenir un suivi médical de l'EM/SFC et d'autres problèmes de santé qu'ils peuvent avoir ;
- avoir un médecin à leur côté dans les démarches pour :
  - améliorer leur état de santé ;
  - faire reconnaître leurs incapacités ou invalidité ;
  - réintégrer le travail, ou les études, dans la mesure du possible.

Voici des suggestions en provenance du Collège des médecins (ci-dessous) et de l'AQEM (page suivante – un extrait du bulletin *Info AQEM*).

AQEM, avril 2007

---

## Suggestions du Collège des médecins du Québec

Aller sur le site du Collège, au : [www.cmq.org/index.aspx](http://www.cmq.org/index.aspx).

- Dans la page d'accueil : pointez sur la partie 4 « Population », et cliquez sur le dernier élément du menu « Foire aux questions pour la population ». Vous y trouverez ceci (site consulté le 2 avril 2007):

### Comment doit-on procéder pour trouver un médecin de famille ?

Pour consulter un médecin de famille, vous pouvez tenter d'obtenir un rendez-vous avec un médecin exerçant dans une clinique médicale, dans un CLSC ou dans un groupe de médecine de famille (GMF) de votre quartier. Même si plusieurs médecins ont déjà une pratique complète, peut-être pourra-t-on vous suggérer un médecin qui serait en mesure de vous rencontrer au cours des prochaines semaines.

Si cette démarche est infructueuse, vous pourrez vous rendre dans une clinique sans rendez-vous. Même si cette solution ne constitue pas une voie d'accès à un médecin de famille, ces cliniques reçoivent généralement des patients présentant des ennuis de santé soudains et requérant une consultation rapide.

En décembre 2003, le gouvernement du Québec confiait aux agences de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux le mandat d'assurer l'accessibilité, la continuité et la qualité des services destinés à la population du territoire qu'elles desservent. Dans chacune de ces agences, le département régional de médecine générale peut répondre aux questions des citoyens et tenter de les aider dans leurs démarches. Pour consulter la liste des ressources en santé, sélectionnez le lien correspondant à votre région à cette adresse : <http://www.msss.gouv.qc.ca/reseau/rls/> (bas de la page).

- Dans la page d'accueil : pointez sur « Répertoire des médecins » » ». Ceci vous amènera au texte ci-dessous et, au bas de la page du site, vous trouverez un encadré : Effectuer une recherche. À NOTER : vous pouvez obtenir les mêmes informations en téléphonant au (514) 933-4441 ou, sans frais, au 1 888 MÉDECIN.

Depuis janvier 2006, le répertoire des membres du Collège des médecins du Québec offre en tout temps à la population, aux médecins ainsi qu'aux organismes du réseau et aux professionnels de la santé une accessibilité accrue aux renseignements publics relatifs aux médecins québécois. **Ce répertoire fournit** certaines coordonnées d'un membre en règle du Collège des médecins du Québec, soit :

- La ou les spécialités, s'il y a lieu ;
- Le type de permis ;
- Le statut (ainsi que la mention de limitation d'exercice, s'il y a lieu) ;
- **L'adresse du principal lieu d'exercice ;**
- **Le numéro de téléphone.**

Le répertoire ne constitue pas le tableau de l'ordre ni un service de référence. Le Collège n'est pas en mesure de garantir qu'un médecin accepte de nouveaux patients.

## Pour se trouver un médecin...

Dans la situation actuelle des services de santé au Québec, il est **difficile pour tout le monde** de se trouver un médecin de famille et d'avoir accès rapidement aux médecins spécialistes nécessaires. La situation est **encore plus difficile** pour les personnes atteintes d'EM/SFC et celles qui sont en recherche de diagnostic pour un tableau de symptômes qui y ressemble. Vous savez pourquoi...

Parce que la maladie est encore mal connue des médecins et que plusieurs ne la reconnaissent pas comme une maladie invalidante ni comme une maladie à fondements biologiques (et non psychiatriques).

Du côté des spécialistes, ceux qui connaissent bien l'EM/SFC sont rares et donc en train de s'essouffler. Une autre difficulté tient au fait que, présentement, l'EM/SFC n'appartient pas clairement à une spécialité précise (contrairement à la sclérose en plaques, par exemple, qui relève de la neurologie).

De plus, dans l'ensemble, les médecins – généralistes et spécialistes – sont débordés de travail et donc peu enclins à accepter de nouveaux patients dont le cas est complexe et entraîne presque inévitablement des litiges avec un employeur, un assureur, la RRQ... ce qui leur demandera non seulement du temps pour le suivi médical mais aussi pour la paperasse. Par ailleurs, il existe un sentiment d'impuissance chez certains médecins, parce qu'ils croient ne rien pouvoir faire pour nous aider – pourtant, c'est déjà aidant pour une PAEM d'avoir un médecin de famille qui reconnaît la gravité de la maladie et lui assure un bon suivi médical de son état général.

Et, pour mieux aider, le médecin peut se tenir à jour, ce qui est d'ailleurs une obligation selon le Code de déontologie des médecins dont nous commenterons les principaux articles dans le prochain numéro du *Ruban bleu*. En attendant, vous pouvez consulter le Code sur le site du Collège à [www.cmq.org](http://www.cmq.org), dans la section « Le médecin aujourd'hui » (lien en haut à gauche, sur page d'accueil).

### Dans les circonstances, que peut-on faire ?

COLLECTIVEMENT, nous voulons :

**Poursuivre notre diffusion d'information et nos représentations** – Auprès du Ministère de la Santé et des Services sociaux, du Collège des médecins, des Facultés de médecine. Pour améliorer la formation médicale (initiale et continue), stimuler l'implantation d'un centre spécialisé, obtenir le respect du Code de déontologie, etc.

**Partager des infos sur les médecins** – Dans un esprit d'entraide – l'une de deux valeurs fondamentales de l'AQEM, avec l'équité – nous voulons recueillir auprès de vous des données sur les médecins (et sur les autres professionnels) que vous avez consultés, données que nous pourrions ensuite relayer aux membres de l'AQEM qui en auront besoin. Vous auriez **la garantie** que les infos fournies par vous ne seraient **pas utilisées d'une façon qui puisse vous mettre en mauvaise posture** face à un professionnel que vous auriez critiqué. Les données recueillies nous serviraient aussi à argumenter pour obtenir un meilleur suivi médical pour les PAEM. Il nous reste quelques vérifications juridiques à faire, pour couvrir l'AQEM et ses membres... C'est à suivre, dans le prochain envoi.

Nous voulons aussi vous donner, dans *Le Ruban bleu*, des échos des personnes qui auront expérimenté les tests et traitements du Dr De Meirleir – à condition que ces personnes veuillent bien vous faire profiter de leur expérience.

INDIVIDUELLEMENT, vous pouvez :

**Faire des appels** – À partir de suggestions obtenues de la part de gens de votre entourage ou de membres de l'AQEM (directement ou par l'entremise du service de relais d'infos que nous voulons mettre en place) : faire des appels pour vérifier la disponibilité de divers médecins à accepter de nouveaux patients. Il faut s'armer de patience...

**Porter plainte** – Si un médecin, une clinique, un département hospitalier refuse de vous accepter comme patient parce que vous avez le syndrome de fatigue chronique : porter plainte (au moins par téléphone) auprès de la personne responsable, et téléphoner ou écrire à l'Agence régionale de la santé pour expliquer – et dénoncer – la situation.

**Faciliter le travail du médecin – Monter votre dossier médical** : classer tous les rapports médicaux et résultats de tests ; préparer un résumé de votre histoire médicale et des antécédants familiaux ; tenir un tableau des médicaments et autres traitements que vous avez utilisés (suppléments, luminothérapie, ostéo, etc.) en indiquant les dates, doses, effets, etc. Le résumé de votre histoire et celui de vos traitements pourront être versés à votre dossier et épargner du temps à votre médecin. Dites-lui quelle collaboration vous apporterez au suivi et à l'amélioration de votre état. Entendez-vous avec lui ou elle sur la façon de **faire le suivi de vos symptômes** entre deux rendez-vous et sur la façon de lui **communiquer les données utiles**. Il est important que les rendez-vous ne soient pas trop longs, tout en permettant d'aborder toutes les questions qui doivent l'être.

**Aider votre médecin à mieux connaître l'EM/SFC** – Lui apporter des documents crédibles, et de préférence brefs, qui peuvent lui être utiles, comme l'Overview du Consensus canadien et des articles de revues médicales. Un médecin de famille qui exerce la médecine selon les normes du Code de déontologie des médecins a le potentiel de devenir un bon médecin pour vous – même si, au départ, il ou elle connaît peu l'EM/SFC.

**Bonne chance et bon courage !**

Info AQEM est le bulletin d'information interne de l'Association québécoise de l'encéphalomyélite myalgique.

Pour des commentaires, laisser un message à [aqemdg@videoton.ca](mailto:aqemdg@videoton.ca) ou au 514-369-1689 ou, sans frais, 1 877 369-1689