

Au fédéral, comme au provincial, **depuis 2005**, une nouvelle règle facilite la reconnaissance des handicaps pouvant résulter de l'EM/SFC. En effet, les critères permettant de reconnaître une personne comme étant handicapée ont été élargis et ils incluent maintenant le cas où une personne subit les « effets cumulatifs » de limitations multiples, même si aucune de ces limitations prise isolément ne justifierait le statut de personne handicapée.

Vous trouverez des précisions à ce sujet dans le formulaire T2201 du fédéral (cf. www.cra-arc.gc.ca) et dans le formulaire TP-752.0.14 / 2007-10 du provincial (cf. www.revenu.gouv.qc.ca/fr/particulier/impots). Ces formulaires doivent être complétés par un praticien qualifié (votre médecin de famille fera l'affaire) et ils peuvent être envoyés à Revenu Canada et à Revenu Québec n'importe quand durant l'année.

Les formulaires présentent **des exemples très proches** des situations vécues couramment par les PAEM.

Tiré du formulaire de Revenu Canada : « Votre patient peut marcher 100 mètres, mais doit prendre du temps pour récupérer. Il peut accomplir les fonctions mentales nécessaires aux activités de la vie courante, mais ne peut se concentrer sur un sujet que durant une courte période. L'effet cumulatif de ces deux limitations considérables correspond à une limitation marquée (...) »

Tiré du formulaire de Revenu Québec : « Par exemple, une personne atteinte de sclérose en plaques pourrait avoir une déficience considérée comme grave si elle éprouve continuellement de la fatigue, des états dépressifs et des problèmes d'équilibre, et que la combinaison de ces limitations engendre un effet équivalant à une incapacité d'accomplir une activité courante de la vie de tous les jours, et ce, même si chaque limitation prise isolément ne limite pas de façon marquée sa capacité d'accomplir une activité courante de la vie de tous les jours. »

Vous pouvez nous faire part de votre succès ou de vos difficultés à obtenir cette déduction d'impôt. Si des problèmes se présentaient systématiquement, nous pourrions en informer le Protecteur du citoyen. ♦

Inviter l'AQEM à vos festivités

Pourquoi ne pas utiliser les cartes de vœux de l'AQEM pour envoyer un mot d'amour aux personnes qui vous sont chères ou des remerciements à vos aidants (médecin, pharmacien, autres professionnels, aide domestique, etc.) ? [cf. www.aqem.org/includes/documents/05_cartes_binder.pdf]

Vous pourriez aussi faire comme Carmen, une PAEM membre de l'AQEM : mettre une jolie petite boîte dans la salle de bain avec un mot invitant vos visiteurs à vider leurs poches (la monnaie peut suffire)... au profit de l'AQEM.

Vaccin contre la grippe et EM/SFC

Traduction publiée avec l'autorisation de Dr Alison Bested

Greetings ! En ce début de la saison de la grippe, je vous écris à propos du vaccin parce que mes patients atteints d'EM/SFC me demandant souvent s'ils devraient ou non se faire vacciner. Ceci dépend de plusieurs facteurs.

- Si vous êtes allergique aux œufs, vous ne devriez pas recevoir le vaccin contre la grippe parce que celui-ci contient des protéines d'œuf.
- Si vous avez reçu ce vaccin dans le passé et qu'aucun problème n'en a découlé, il est probable que vous le tolérerez bien cette fois-ci.
- Si vous n'avez jamais reçu ce vaccin, la première question qui se pose est : en avez-vous besoin ? Si vous vivez complètement isolé/e dans votre maison et que vos aidants et vos proches sont très conscients qu'ils ne doivent pas venir vous visiter ou prendre soin de vous s'ils sont malades, alors votre risque d'exposition au virus de la grippe est très faible.
- Si vous sortez de la maison, vous pouvez prendre les précautions suivantes. Dans les lieux publics (bureau de médecins, etc.), portez un masque de papier jetable pour éviter d'inhaler des particules virales lorsque quelqu'un tousse. Gardez vos mains hors de votre visage pour ne pas transférer de virus de vos doigts dans vos yeux, votre nez ou votre bouche parce que c'est de cette façon que les virus entrent dans votre système. Lavez-vous les mains.

Si vous décidez de vous faire vacciner, je recommande de commencer par un tiers de la dose normale pour un adulte. S'il n'y a pas d'effets secondaires, la même dose peut-être administrée un mois plus tard, puis la même chose après un autre mois. La raison de cette recommandation est que des médecins spécialisés dans les cas d'EM/SFC, ainsi que la littérature scientifique, ont signalé qu'à la suite de ce vaccin certains patients atteints d'EM/SFC avaient ressenti des symptômes de grippe pendant plusieurs semaines – ce qui n'est pas normal. Alors, il est sage de faire preuve de prudence.

Au Québec, lorsqu'un vaccin est suivi d'une « manifestation clinique inhabituelle », tout intervenant de la santé qui en est informé DOIT le signaler à la direction régionale de la Santé publique. Alors : si vous avez une réaction qui vous semble anormale, informez-en votre médecin ou Info-Santé (en téléphonant au 8-1-1).

Mes meilleurs vœux, pour vous et vos proches !

Alison C. Bested, MD, FRCPC, hémato-pathologiste

Dr Bested suit et traite des PAEM depuis 17 ans. Elle est un des auteurs du consensus canadien sur l'EM/SFC et l'auteure principale de *Hope and Help for Chronic Fatigue Syndrome and Fibromyalgia* (cf. plus loin, p. 12)

Note : FRCPC signifie *Fellow of the Royal College of Physicians and Surgeons of Canada*. Le Collège royal des médecins et chirurgiens du Canada est une organisation de médecins spécialistes vouée à l'établissement de normes de pratique élevées et à l'assurance de la qualité des soins de santé.