

ÉDITORIAL

Influenza : l'Association pulmonaire du Québec invite les travailleurs à se faire vacciner



Dominique Massie
Directrice générale

Alors qu'au Québec, les manches courtes disparaissent au profit de manteaux et de tricots chauds, le virus de l'influenza se prépare à reprendre du service pour une nouvelle saison grippale. Telle une vieille habitude, année après année, il revient menacer notre santé et notre bien-être, nous rappelant sans cesse l'importance de l'immunisation.

En 2013 seulement, plus de 12 200 personnes ont été hospitalisées à cause de la grippe au Canada. De ce nombre, 3 500 personnes sont malheureusement décédées à la suite de complications. Les principales victimes du virus sont des personnes à la santé plus fragile, notamment les jeunes enfants, les aînés, les personnes atteintes de maladies chroniques ou immunosupprimées. Dans ce contexte, il importe de rappeler l'importance de la vaccination contre la grippe, d'autant que le Québec détient toujours le record canadien du plus bas taux de vaccination, avec seulement 27 % de la population immunisée. En comparaison, la population de la Colombie-Britannique est vaccinée à 52 %.

La vaccination chez l'adulte actif : protéger les autres en s'immunisant

Au Québec, durant la saison grippale, le Ministère de la Santé et des Services sociaux offre la vaccination contre l'influenza gratuitement aux personnes à risque mentionnées ci-dessus. Malgré cela, à cause de son caractère hautement contagieux, la grippe continue de se propager à travers les différents contacts sociaux et professionnels. Comme l'efficacité d'un vaccin dépend de plusieurs facteurs, notamment l'âge et l'état de santé de la personne, mais également le degré de parenté entre les souches de virus qui circulent et celles que contient le vaccin, l'immunisation n'est pas garantie à 100 %. Chez les personnes âgées de 60 ans ou plus et les personnes présentant une maladie chronique, le vaccin a surtout pour effet de diminuer les risques de complications. Il ne les efface pas complètement.

Toutefois, il est certain qu'un haut taux d'immunisation au sein d'une population permet de réduire considérablement l'ampleur d'une épidémie. Bien que le vaccin ne soit efficace que de 70 à 90 % chez les personnes en bonne santé, sa distribution à un seuil critique de personnes sur un territoire donné freine nécessairement la contagion. Globalement, un moins grand nombre de personnes sont infectées et les chances de propagation chez les personnes fragiles diminuent radicalement. Voilà pourquoi la vaccination de tous, incluant les personnes à la santé robuste, est primordiale.

Éviter l'alitement et l'absentéisme

Qui plus est, il ne faut pas minimiser les désagréments causés par une infection à l'influenza chez l'adulte, qu'il soit en parfaite santé ou non. La grippe n'est pas rhume; contrairement à ce dernier, elle comporte de la fièvre, des maux de tête, des douleurs thoraciques et des courbatures parfois intenses. Elle oblige au repos et à l'isolement pendant souvent plusieurs jours, ce qui occasionne une grande perte de temps et, pour certains, une perte de revenu.

Les particuliers, mais aussi les entreprises, ont donc tout intérêt à faire de la vaccination contre l'influenza une priorité. En effet, la saison grippale peut faire des ravages au sein d'une organisation et de sa productivité. L'Association pulmonaire du Québec invite donc l'ensemble des Québécois et Québécoises à investir quelques minutes de leur temps pour recevoir le vaccin antigrippal. Également, elle invite les entreprises à encourager l'immunisation auprès de leurs employés, par exemple en organisant elles-mêmes des opérations de vaccination à l'interne. Toute la population active, qu'il s'agisse d'employeurs ou d'employés, y trouvera son compte.

Se prémunir contre l'influenza est une responsabilité envers soi-même et envers les autres. Cet automne, protégez votre famille et vos proches. Refusez de prendre part à la contagion et faites le choix éclairé : celui de la vaccination!



Toute l'équipe de l'Association pulmonaire du Québec souhaite transmettre ses plus sincères condoléances à la famille et aux proches de Mme Linda Boucher, décédée le 6 octobre dernier des suites d'un cancer du poumon. Mme Boucher était une porte-parole remarquable au sein de notre organisme. Malgré la maladie, elle donnait un souffle d'espoir et de vie à tous ceux qu'elle côtoyait. Elle nous manquera à tous.



SOMMAIRE

Éditorial	P. 1
Le sommet québécois de la santé respiratoire arrive à grands pas	P. 2
L'APQ inquiète de projet de règlement sur le Code de construction du Québec	P. 2-3
Le Coin des inhalos	P. 3
Maîtrise de l'asthme : une campagne qui pose les bonnes questions	
Maladie pulmonaire et infections à pneumocoque ne font pas bon ménage !	P. 4
De nouveaux outils pratiques pour l'enseignement et la sensibilisation	P. 4-5
Annonces médicales	P. 5
Événements	P. 5
Les donateurs mensuels	P. 6

pq.poumon.ca



Le sommet québécois de la santé respiratoire arrive à grands pas

Mathieu Leroux
Conseiller, développement et communications
L'Association pulmonaire du Québec

Depuis maintenant trois ans, en novembre, l'Association pulmonaire du Québec et ses partenaires du Réseau québécois de l'asthme et de la MPOC et du Réseau en santé respiratoire du FRQS organisent le plus grand sommet médical et scientifique sur la santé respiratoire de toute la province. En quelques éditions seulement, le **Congrès Québécois en Santé Respiratoire** a su faire sa place parmi les plus grands rassemblements professionnels.

L'événement, qui réunit en un seul lieu toutes les forces vives de la santé respiratoire, promet d'être plus populaire que jamais en 2014. En effet, sa programmation vise à enrichir les connaissances d'une multitude d'acteurs, qu'il s'agisse d'inhalothérapeutes, d'infirmier(ère)s, de pharmaciens, de médecins spécialistes et omnipraticiens, de chercheurs en santé respiratoire et d'étudiants en pneumologie. Les représentants d'une multitude de corps de métiers pourront venir y chercher des connaissances et des outils pertinents à leur pratique.

Harmoniser les connaissances pour mieux servir le patient

La recherche et le développement des traitements en santé respiratoire évoluent à un rythme effréné. Que ce soit pour des conditions comme l'asthme, la MPOC (bronchite chronique et emphysème), la fibrose pulmonaire et les allergies respiratoires, ou encore pour des notions telles que l'organisation des soins et l'évolution des services éducatifs, les professionnels de la santé ont continuellement besoin de mettre à jour leurs connaissances pour être au fait des nouvelles options thérapeutiques et des outils de pratique les plus récents. À titre d'exemple, dans la dernière année seulement, six nouveaux médicaments pour traiter la MPOC ont été mis en marché au Canada. On comprend donc l'importance d'un événement comme le CQSR, qui favorise une vision d'ensemble des divers champs thérapeutiques.

L'Association pulmonaire du Québec, ayant une mission axée sur le patient et basée sur l'éducation, la promotion de la santé respiratoire et la prévention des maladies pulmonaires, prend tout naturellement le leadership de l'organisation de ce congrès. En effet, en réalisant une transmission aussi exhaustive que possible des nouvelles données médicales et pharmaceutiques aux professionnels, l'organisme et ses partenaires assurent que les patients du Québec reçoivent les meilleurs soins et services.

Le programme du CQSR 2014 comprend 13,25 heures de formation accréditées pour les professionnels. Il comporte des conférences sur :

- les nouveautés en asthme;
- les nouveautés en MPOC;
- les nouveautés en fibrose pulmonaire idiopathique;
- l'évolution des services éducatifs en contexte de maladies chroniques;
- la performance et le fonctionnement des chambres d'inhalation;
- la réadaptation pulmonaire;
- le patient partenaire de soins;
- l'apnée du sommeil;
- le rôle des ordonnances collectives en asthme;
- la prévention des récidives après une chirurgie pour un cancer du poumon.

Également, pendant les deux jours du congrès, les participants pourront assister aux nombreuses présentations en recherche clinique et fondamentale des chercheurs juniors et seniors membres du Réseau en santé respiratoire du FRQS.

Faire le point sur la cigarette électronique

Depuis quelques mois, un débat médiatique fait rage quant aux avantages, inconvénients et dangers potentiels de la cigarette électronique. Puisque ce produit ne cesse de gagner en popularité, le CQSR 2014 propose de faire le point sur les données disponibles jusqu'à présent. Un atelier-débat en présence d'experts (notamment Dr Martin Juneau, chef du service de prévention à l'Institut de cardiologie de Montréal et Dr Richard Massé, directeur de santé publique de Montréal) aura lieu lors de la deuxième journée du congrès. D'autres spécialistes s'ajouteront sous peu au panel.

L'APQ, ses partenaires et tous les acteurs de la santé respiratoire se donnent donc rendez-vous pour cet événement des plus enrichissants! Soyez de la partie!

Le Congrès Québécois en Santé Respiratoire
6-7 novembre 2014
Plaza Centre-Ville, Montréal
Renseignements et inscription : cqsr.chus.qc.ca

RADON

L'APQ inquiète du projet de règlement sur le Code de construction du Québec

C'est avec stupéfaction que l'Association pulmonaire du Québec a pris connaissance du projet de règlement modifiant le Code de construction du Québec tel que diffusé dans la Gazette officielle du Québec du 10 septembre dernier. L'APQ s'inquiète que les mesures de prévention de l'infiltration des gaz souterrains se limitent à de prétendues « zones à risque ». L'organisme est également préoccupé par la mention d'une norme de nocivité (800 Bq/m³) nettement plus permissive que le standard canadien ou international (100 à 200 Bq/m³) en ce qui concerne le radon.

Rappelons que le radon est un gaz radioactif naturel provenant du sol. Son infiltration par les fondations des bâtiments est responsable d'environ 16 % des cancers du poumon. En conséquent, le Code national du bâtiment du Canada et le Code de construction du Québec mettent de l'avant des mesures pour en prévenir l'infiltration.

LISTE DES GROUPES D'ENTRAIDE :

Rimouski
Le 1^{er} lundi du mois
De 13h30 à 15h30
550, St-Germain Est, Rimouski

Laval
Le dernier mercredi du mois
De 14h00 à 16h00
Maxi
3500, boul. St-Martin Ouest, Laval

Sherbrooke
Le 1^{er} mardi du mois
De 10h30 à 12h00
870-1001, boul. Saint-François Nord,
Sherbrooke

Montréal-Ahuntsic
Le dernier mercredi du mois
De 13h30 à 15h00
CLSC d'Ahuntsic
1165 boul. Henri-Bourassa Est,
Montréal

Le Gardeur
Le 1^{er} mercredi du mois
De 13h30 à 15h30
Maxi (anciennement Loblaws)
86, boul. Brien, Repentigny

Granby
Le 2^{ème} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
La Maison soutien aux aidants
197, rue Paré, Granby

Brome-Missisquoi
Le 3^{ème} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
CLSC La Pommerai
397, rue de la Rivière, Cowansville

Trois-Rivières
Le dernier mercredi du mois
De 14h00 à 16h00
Loblaws
3725, boul. des Forges, Trois-Rivières

Drummondville
Le 1^{er} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
Loblaws
325, boul. St-Joseph, Drummondville

Rive-sud/Brossard
Le 2^{ème} mercredi du mois
De 13h00 à 15h00
Loblaws
1575 av. Panama, Brossard

Montréal-Apnée du sommeil
Le 2^{ème} mardi du mois
De 13h30 à 15h30
L'Association pulmonaire du Québec
6070, rue Sherbrooke Est, bur. 104,
Montréal

Beloil-Apnée du sommeil
Bibliothèque municipale de Beloil
(salle polyvalente)
620, rue Richelieu, Beloil
*Contactez l'APQ pour dates précises

Montréal-groupe anglophone
Le 3^{ème} jeudi du mois
De 13h00 à 15h00
Castel Royal (Chartwell)
5740, Cavendish Blvd, Côte St-Luc

Groupe pour proches aidants
Prochaine rencontre le 14 octobre
De 19h à 21h
À L'Association pulmonaire du Québec

Cancer pulmonaire
Rencontres mensuelles
À L'Association pulmonaire du Québec
Consultez notre site web!

Groupe-Conférence Sarcoidose
Prochaine rencontre le 28 novembre
De 13h à 15h
À L'Association pulmonaire du Québec

Groupe-Conférence Fibrose Pulmonaire/Montréal
Prochaine rencontre le 20 novembre
De 13h30 à 15h30
À L'Association pulmonaire du Québec

Groupe-Conférence Fibrose Pulmonaire/Québec
Prochaine rencontre le 20 novembre
Lieu et heure à déterminer
Consultez notre site web!

Québec
Le 2^{ème} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
YMCA, 855 rue Holland, Québec

Québec-Apnée du sommeil
Le 2^{ème} jeudi du mois
De 19h à 21h
Centre de santé multidisciplinaire
831 av. Marguerite-Bourgeoys,
Québec

NOUVEAUTÉS CET AUTOMNE :

Ste-Thérèse/Apnée du sommeil
Lieu et date à déterminer
Consultez notre site web!

Un recul par rapport aux normes canadiennes

Généralement, le Code de construction du Québec applique avec un certain délai les dispositions du Code national du bâtiment du Canada. Ce dernier a été revu en 2010. Après quatre années d'attente, le Gouvernement du Québec vient tout juste de présenter son projet de règlement. De manière surprenante, ce projet fait fi des nouvelles normes canadiennes et des directives les plus élémentaires de Santé Canada.

En effet, depuis 2007, la ligne directrice de Santé Canada quant au seuil de nocivité du radon est établie à une concentration de 200 Bq/m³ pour l'intérieur des habitations. Or, le projet de règlement québécois parle d'un seuil de 800 Bq/m³, soit l'ancienne directive de Santé Canada. Il faut noter que l'Organisation Mondiale de la Santé recommande pour sa part un seuil de 100 Bq/m³ depuis 2009. Avec ce projet de règlement, le Gouvernement du Québec ne propose rien de moins qu'un recul par rapport au consensus scientifique international.

Également, l'application des mesures de prévention exigées par le nouveau règlement se limite à ce que le document décrit comme des « zones à risque ». Encore une fois, cette notion se rapporte à des normes révolues. Le radon est en effet un gaz imprévisible et sa concentration peut différer radicalement d'un domicile à l'autre, même si ceux-ci sont voisins. Certaines régions comportent davantage de domiciles aux prises avec une infiltration élevée, cependant aucun secteur n'est complètement exempt de risque. L'infiltration de radon dépend des mouvements du sol et des fissures terrestres. Ainsi, de simples travaux près de la fondation peuvent occasionner une infiltration dans un domicile où il n'y en avait pas auparavant. De la même manière, un tremblement de terre, même modeste, peut changer la donne pour une région entière. La concentration de radon étant extrêmement variable dans le temps et d'une maison à l'autre, toute nouvelle construction devrait comporter des mesures préventives.

Le Gouvernement du Québec étant en période de consultations par rapport à ce projet de règlement, l'APQ s'assurera de lui faire parvenir ces commentaires dans les meilleurs délais afin de protéger la santé respiratoire des Québécois et Québécoises.

Le Coin des inhalos

Maîtrise de l'asthme : une campagne qui pose les bonnes questions

*Geneviève Tremblay, Inhalothérapeute
Directrice des programmes de soutien, d'éducation et de sensibilisation
L'Association pulmonaire du Québec*

Bon an, mal an, l'asthme est responsable de 70 000 visites à l'urgence, 4000 hospitalisations et plus de 250 décès au pays. À en constater ces statistiques, on se demande si l'asthme est bel et bien une condition facile à contrôler. C'est pourtant le cas; pour l'asthme comme pour plusieurs maladies respiratoires, une prise de médication adéquate et une bonne connaissance de ses propres déclencheurs sont les clés de la gestion, et donc de la maîtrise, de sa maladie.

Malheureusement, selon une étude pancanadienne de 2008, plus de 50 % des personnes asthmatiques maîtriseraient mal leur condition. Qui plus est, une bonne partie de ces personnes se croiraient en contrôle, c'est-à-dire qu'elles seraient certaines de faire le maximum pour éviter l'apparition de symptômes. Ces personnes sont beaucoup plus susceptibles de fréquenter les urgences ou d'être hospitalisées, et donc de s'absenter du travail ou de l'école avec toutes les conséquences que cela peut avoir.

Trop de tolérance à l'inconfort?

Parfois, il est utile de rappeler à une personne asthmatique qu'elle n'a pas à tolérer des symptômes qui handicapent son quotidien. Par exemple, il n'est pas normal de devoir s'empêcher de faire de l'activité physique, de se réveiller la nuit à cause d'une mauvaise respiration ou d'utiliser son inhalateur de secours chaque jour. Or, à cause de l'aspect chronique de la maladie ou encore par simple habitude, plusieurs personnes atteintes se résignent à vivre avec ces désagréments.

C'est pourquoi l'Association pulmonaire du Québec a mis sur pied une campagne d'information sur Internet et dans les médias sociaux, mais également sous forme d'affiche actuellement distribuée à travers le réseau de la santé et des services sociaux de la province. Cette affiche est munie d'une tablette détachable qui comprend un court questionnaire permettant à toute personne de déterminer si elle maîtrise bien son asthme. Il suffit de répondre à une série de questions, correspondant aux critères de la Société canadienne de thoracologie, par oui ou par non. Par exemple :

Submergé par votre asthme?

Si vous souffrez d'asthme et que vous utilisez votre inhalateur de secours plus de trois fois par semaine, votre asthme n'est pas bien maîtrisé.

Rempissez le questionnaire ci-dessous

Votre asthme est-il bien maîtrisé?
Répondez à ces questions pour savoir.

QUESTION	OUI	NON
Utilisez-vous votre inhalateur de secours (ou votre inhalateur à courte durée d'action) plus de trois fois par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vous réveillez-vous du moins une nuit par semaine en raison de vos symptômes d'asthme (toux, essoufflement, gêne thoracique, etc.)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Votre asthme vous empêche-t-il de faire de l'exercice ou de pratiquer d'autres activités physiques?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avez-vous déjà manqué une journée de travail ou d'école en raison de votre asthme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant le jour, et ce, plus de trois jours par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant la nuit, et ce, plus de trois fois par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant le jour, et ce, plus de trois jours par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant la nuit, et ce, plus de trois fois par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant le jour, et ce, plus de trois jours par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Éprouvez-vous des symptômes d'asthme pendant la nuit, et ce, plus de trois fois par semaine?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Demandez à votre médecin comment mieux gérer votre asthme.
www.pq.poumon.ca
Tél. : 1-888-768-6669
Contactez les professionnels de la santé de l'Association pulmonaire du Québec grâce à ce numéro sans frais.

L'ASSOCIATION PULMONAIRE Québec
1888 POUMONS
1-888-768-6669

Cette campagne a été rendue possible grâce à la contribution d'une campagne pneumothorax québécoise

- Utilisez-vous votre inhalateur (pompe) de secours plus de trois fois par semaine?
- Vous réveillez-vous au moins une nuit par semaine à cause de vos symptômes d'asthme?
- Votre asthme vous empêche-t-il de faire de l'exercice ou de pratiquer d'autres activités physiques?
- Avez-vous déjà manqué une journée de travail ou d'école en raison de votre asthme?
- Éprouvez-vous des symptômes d'asthme durant le jour, et ce, plus de trois jours par semaine?

L'endos du questionnaire permet une analyse rapide des résultats et suggère à la personne de consulter ou non son médecin. Il s'agit également d'un excellent outil mnémotechnique pour le patient lors de sa visite chez son professionnel de la santé.

Afin de commander gratuitement cette affiche, ou encore pour obtenir des renseignements, des conseils et de l'accompagnement en santé respiratoire, contactez les professionnels de l'Association pulmonaire du Québec au 1 888 POU-MON-9.

Sources : La vie et le souffle : Les maladies respiratoires au Canada, Agence de la santé publique du Canada, 2008
Pour guider l'action – Portrait de santé du Québec et ses régions : les statistiques, MSSS, INSPQ, 2011
Système national d'information sur les soins ambulatoires (SNISA), 2014
The CASE survey : patient and physician perceptions regarding asthma medication use and associated oropharyngeal symptoms, Respir, 2008

Maladie pulmonaire et infections à pneumocoque ne font pas bon ménage !

Participation spéciale
Ministère de la Santé et des Services sociaux

Le pneumocoque est une bactérie qui peut affecter sérieusement votre santé. Si vous êtes atteints d'une maladie pulmonaire, vous êtes plus à risque de contracter une infection à pneumocoque. Chaque année, des dizaines de milliers de Québécoises et de Québécois souffrent d'une infection à pneumocoque malgré le fait qu'un vaccin peut la prévenir.

Cette bactérie s'attrape le plus souvent par contact avec les gouttelettes respiratoires (expulsées dans l'air par la toux ou les éternuements, par exemple) d'une personne infectée. Les infections à pneumocoque ne doivent pas être prises à la légère car elles peuvent entraîner des complications nécessitant plusieurs jours de repos à l'hôpital ou à la maison. La bactérie peut causer une infection des poumons, des méninges (les membranes qui enveloppent le cerveau) ou du sang. Certaines de ces infections laissent des séquelles permanentes, telles que la surdité ou des dommages au cerveau, et peuvent même provoquer la mort dans certains cas. La plupart de ces cas concernent les très jeunes enfants (âgés de moins de 5 ans) ou les personnes âgées (âgées de 65 ans ou plus).

La vaccination demeure le meilleur moyen de vous protéger ! Si vous n'avez jamais été vacciné contre les infections à pneumocoque, les possibilités de le faire sont nombreuses. Que ce soit au cours d'une visite chez votre médecin ou à l'occasion de la vaccination contre la grippe à l'automne, vous pouvez demander de recevoir le vaccin contre le pneumocoque. Chez l'adulte, une seule dose de ce vaccin au cours de la vie est habituellement suffisante pour être protégé.

Au Québec, le vaccin est offert gratuitement aux bébés, aux personnes ayant une maladie chronique, ainsi qu'à toutes les personnes âgées de 65 ans ou plus.

Informez-vous auprès du CLSC de votre centre de santé et de services sociaux, à votre médecin, à votre pharmacien ou, encore, visitez le site Web du ministère de la Santé et des Services sociaux, à l'adresse suivante : www.msss.gouv.qc.ca/pneumocoque.

La vaccination, la meilleure protection !

De nouveaux outils pratiques pour l'enseignement et la sensibilisation

L'Association pulmonaire du Québec a toujours été une source primordiale d'information sur la santé respiratoire. En effet, l'organisme édite et distribue une panoplie de matériel pédagogique, qu'il s'agisse de guides, de dépliants ou d'affiches. En faisant appel à l'APQ, on peut ainsi se procurer une documentation exhaustive sur une foule de sujets entourant la problématique des maladies pulmonaires.

L'asthme et la MPOC en un coup d'œil

La MPOC (maladie pulmonaire obstructive chronique, aussi appelée bronchite chronique et emphysème) et l'asthme sont les maladies respiratoires chroniques les plus fréquentes. À elles seules, elles affectent près de 1,2 million de personnes au Québec. Heureusement, il s'agit de conditions dont le mécanisme est fort bien compris par la communauté médicale et scientifique. Les traitements pour en contrôler les symptômes sont nombreux. Bien qu'il s'agisse d'une excellente nouvelle pour les personnes atteintes, l'embarras du choix thérapeutique peut compliquer le travail des professionnels des centres d'enseignement en asthme et en MPOC lorsque vient le temps de transmettre une information juste et complète à leurs patients.

C'est pourquoi l'APQ a créé une affiche pour chacune de ces maladies, qui comprend toutes les formes de médication selon leur classe et leur type d'utilisation de même qu'une explication sommaire du fonctionnement de la maladie.

L'ASTHME
LES MÉDICAMENTS

Liste sélective des traitements de secours

Bronchodilatateurs à courte durée d'action

VENTOLIN[®] 100 µg
DISKUS[®] 200 µg
BRICANYL[®] 5,5 mg
AIROMIR[®] 100 µg

Liste sélective des traitements préventifs

Corticostéroïdes pour inhalation

FLOVENT[®] 200 µg
DISKUS[®] 200 µg
PULMICORT[®] 100 µg
QVAR[®] 50 µg
ALVESCO[®] 100 µg
ASMANEX[®] 200 µg

Bronchodilatateurs à action prolongée

FORADIL[®] 20 µg
SEREVENT[®] 20 µg
OXEZE[®] 40 µg

Antagonistes des récepteurs des leucotriènes

ACCOLATE[®] 20 mg
SINGULAR[®] 5 mg

Traitements d'association (corticostéroïdes pour inhalation et bronchodilatateurs à action prolongée)

ADVAIR[®] 100/200 µg
ADVAIR[®] 250/200 µg
SYMBICORT[®] 100/60 µg
ZENHALE[®] 100/200 µg
XOLAIR[®] 300 mg

Anticorps neutralisant les IgE (Anti-IgE)

QU'EST-CE QUE L'ASTHME ?

C'est une maladie respiratoire chronique caractérisée par l'inflammation et l'obstruction partielle réversible des bronches qui touche au grand nombre d'enfants et d'adultes. Les voies aériennes étant hyper-sensibles, elles réagissent en se contractant et s'obstruent lorsqu'elles sont irritées, ce qui rend la respiration difficile.

FONCTIONNEMENT DE L'ASTHME

L'obstruction est causée par trois mécanismes :

- l'inflammation de la paroi interne bronchique
- la contraction des fibres musculaires qui entourent les bronches (appelées bronchioles lisses)
- la production d'un surplus de mucus. L'obstruction s'aggrave et bloque les bronches.

Cette obstruction bronchique peut entraîner la ou les symptômes suivants :

- essoufflement
- respiration sifflante
- toux
- production de mucus.

Quand on ne se sent pas mieux, le meilleur moyen de contrôler ces symptômes est de consulter un médecin, de signaler les symptômes et de prendre le médicament prescrit adéquatement.

CHAMBRE D'INHALATION

Savoir-vous que les aérosols donnés sans chambre d'inhalation distribuent seulement 10 % du médicament dans les poumons et que près de 90 % du médicament se dépose dans la bouche? Tous les aérosols donnés devraient être pris avec une chambre d'inhalation.

Ainsi vous obtiendrez :

- Une optimisation de la prise du médicament (amélioration de l'inspiration et technique plus facile)
- Une diminution des effets secondaires de certains médicaments.

L'ASSOCIATION PULMONAIRE¹⁸⁸⁸ Québec

Siège social: 6070 rue Sherbrooke Est, bureau 104 Montréal (Québec), H1N 1C1 www.apq.poumon.ca

LA MPOC
LES MÉDICAMENTS

Liste sélective des traitements de secours

Bronchodilatateurs à courte durée d'action

VENTOLIN[®] 100 µg
DISKUS[®] 200 µg
BRICANYL[®] 5,5 mg
AIROMIR[®] 100 µg

Liste sélective des traitements préventifs

Corticostéroïdes pour inhalation

FLOVENT[®] 200 µg
DISKUS[®] 200 µg
PULMICORT[®] 100 µg
QVAR[®] 50 µg
ALVESCO[®] 100 µg
ASMANEX[®] 200 µg

Antagonistes muscariniques à action prolongée

SPRIVA[®] 18 µg
TUDORZA[®] 480 µg
SEREBID[®] 18 µg

Bronchodilatateurs à action prolongée

ONBREZ[®] 16 µg
SEREVENT[®] 20 µg
OXEZE[®] 40 µg

Antagoniste muscarinique à courte durée d'action

ATROVENT[®] 4 mg

Traitements d'association (corticostéroïdes pour inhalation et bronchodilatateurs à action prolongée)

ADVAIR[®] 100/200 µg
ADVAIR[®] 250/200 µg
SYMBICORT[®] 100/60 µg
ZENHALE[®] 100/200 µg
XOLAIR[®] 300 mg

Traitements d'association (antagonistes muscariniques à action prolongée et bronchodilatateurs à action prolongée)

ADVAIR[®] 100/200 µg
ADVAIR[®] 250/200 µg
SYMBICORT[®] 100/60 µg
RICO[®] 100/200 µg
ANGIO[®] 100/200 µg
ULTIBRO[®] 200/200 µg

QU'EST-CE QUE LA MPOC ?

LA MALADIE PULMONAIRE OBSTRUCTIVE CHRONIQUE

La MPOC regroupe deux pathologies pulmonaires, soit la bronchite chronique et l'emphysème. Ces deux conditions provoquent une obstruction progressive au passage de l'air dans les voies respiratoires. Il est possible d'être atteint d'une ou des deux maladies ou des deux à la fois.

LA BRONCHITE CHRONIQUE

La bronchite chronique est caractérisée par une inflammation permanente des bronches et une production excessive de mucus, ce qui entrave la circulation de l'air jusqu'aux poumons.

L'EMPHYSÈME

L'emphysème affecte les alvéoles des poumons. On y observe une dilatation des alvéoles avec une destruction de la paroi de ces dernières. Cela devient chronique à l'intérieur des alvéoles endommagées, ce qui rend la respiration plus laborieuse. Les échanges gazeux sont eux aussi affectés par la destruction de leurs alvéoles.

SIGNES ET SYMPTÔMES

Il est possible que la personne atteinte présente un ou plusieurs de ces symptômes :

- Essoufflement
- Toux chronique
- Secrétions (mucus)
- Infections respiratoires plus fréquentes et temps de rétablissement plus long
- Fatigue
- Capacité réduite à vaquer aux activités de la vie quotidienne

CHAMBRE D'INHALATION

Savoir-vous que les aérosols donnés sans chambre d'inhalation distribuent seulement 10 % du médicament dans les poumons et que près de 90 % du médicament se dépose dans la bouche? Tous les aérosols donnés devraient être pris avec une chambre d'inhalation.

Ainsi vous obtiendrez :

- Une optimisation de la prise du médicament (meilleure inspiration et technique plus facile)
- Une diminution des effets secondaires de certains médicaments.

L'ASSOCIATION PULMONAIRE¹⁸⁸⁸ Québec

Siège social: 6070 rue Sherbrooke Est, bureau 104 Montréal (Québec), H1N 1C1 www.apq.poumon.ca

Tabac : une image qui vaut mille mots

La meilleure façon de démontrer les méfaits du tabac sur les voies respiratoire est encore par le visuel. Il y a plusieurs années, l'APQ avait produit une affiche juxtaposant une photo de poumons sains à une photo de poumons de fumeurs. Cette affiche avait été distribuée massivement à travers les réseaux de la santé et de l'éducation, et son ancien modèle arbore encore les murs de certains établissements. Malheureusement, l'outil n'avait pas été réédité depuis fort longtemps. Afin de répondre à un besoin de sensibilisation constant, l'APQ est fière de présenter la nouvelle édition de cette affiche.

Dépliants populaires à nouveau disponibles

Fort en demande auprès d'établissements du réseau de la santé et des centres de maternité ou d'abandon du tabac, le dépliant « Bébé sans fumée » est une précieuse source de conseils pour les femmes qui fument et qui désirent tomber enceintes. Le document, qui était depuis peu en rupture de stock à cause d'un besoin de mise à jour, est à nouveau disponible pour commande.

L'APQ a également mis à jour son dépliant sur la spirométrie afin de promouvoir ce test rapide de la capacité pulmonaire qui facilite le dépistage de maladies respiratoires chroniques comme la MPOC. Pratique, le dépliant comprend un volet détachable pour y inscrire les résultats du test et les acheminer à son médecin traitant.

Les particuliers et les professionnels de la santé peuvent commander gratuitement ces documents en composant le 1 888 POU MON-9 (1 888 768-6669), poste 232. Des frais de port et de manutention peuvent s'appliquer.



Médicaments combinés dans le traitement de la MPOC : une impasse qui inquiète

Au Québec, l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) est l'organisme responsable d'évaluer les avantages cliniques et économiques des nouveaux médicaments et d'en recommander ou non le remboursement par le régime public. À la surprise de l'APQ, les dossiers de deux médicaments fort anticipés, soit Anoro Ellipta et Ultibro Breezhaler, demeurent en suspend après évaluation pour la mise à jour d'octobre 2014 de la liste des médicaments remboursés. Ces deux produits présentent une combinaison de traitements connus et approuvés. Ils semblaient donc offrir une option plus pratique, qui aurait facilité la prise de médicaments chez les personnes atteintes de MPOC. L'APQ demeure à l'affût de ce dossier et effectuera les recommandations appropriées au ministre de la Santé et des Services sociaux.

Plusieurs traitements en santé respiratoire actuellement à l'étude par l'INESSS

Pour la prochaine mise à jour de la liste des médicaments remboursés, qui sera rendue publique le 2 février prochain, les traitements suivants sont en évaluation : Adempas (riociguat) pour le traitement de l'hypertension artérielle pulmonaire, Esbriet (pirféridone) pour le traitement de la fibrose pulmonaire idiopathique et Ragwitek (extrait d'allergène) pour l'atténuation des symptômes de la rhinite allergique associée à l'herbe à poux.

Vous êtes un patient et désirez exprimer votre avis sur un médicament à l'étude? Contactez l'Association pulmonaire du Québec au 1 888 POU MON-9 (1 888 768-6669), poste 235.

Événements de L'Association pulmonaire du Québec

Cercle des Héros : François Blouin réalise son premier marathon

Âgé de 33 ans, François s'est joint au Cercle des Héros en se donnant le défi d'amasser des fonds pour honorer la mémoire de son père Serge, décédé du cancer du poumon. Pendant plusieurs mois, il a amassé des dons par diverses activités de financement. Le 24 août dernier, après un long entraînement, il a couru son premier marathon au nom de l'APQ et de la lutte aux maladies respiratoires. Jusqu'à présent, François a récolté 6043 \$. Toutes nos félicitations et merci!

Triathlon Un Souffle, Une Vie 2014

Le 6 septembre avait lieu l'un des plus importants événements de levée de fonds de l'APQ : son triathlon annuel. Plus de 3000 athlètes amateurs ou expérimentés ont pris part à cette compétition qui avait lieu au Parc Jean-Drapeau. Ce bel engouement de même que la générosité de partenaires comme Esprit Montréal et AstraZeneca, ont permis à l'événement d'amasser plus de 25 000 \$ au moment de mettre sous presse, et d'autres dons sont à venir. Ces fonds permettront à l'APQ de poursuivre sa mission de sensibilisation, d'éducation et de prévention.



Cercle des Héros : une course aux abords du canal Lachine

Le 14 septembre dernier, Claudia Champagne organisait une course afin d'amasser des dons pour l'APQ. Âgée de 19 ans, la jeune femme a profité de ses liens avec le centre sportif Défi X-Out, situé tout près du canal Lachine, pour organiser cette levée de fonds. Claudia a réalisé ce projet afin d'honorer son père, récemment décédé du cancer du poumon. L'APQ et ses membres la remercient du fond du cœur.

Conférences éducatives en déficit en alpha1-antitrypsine et en asthme

Ouvertes aux patients, à leurs proches et aux professionnels de la santé, les conférences éducatives de l'APQ sont une excellente source d'information pour toute personne intéressée par les enjeux de santé respiratoire. En plus d'être axées sur l'autogestion de la maladie et d'offrir du soutien et des conseils pratiques aux personnes atteintes, la plupart de ces conférences sont accréditées auprès de l'Ordre professionnel des inhalothérapeutes du Québec (OPIQ) pour la formation continue. Cet automne, l'APQ a tenu une conférence à Montréal sur le déficit en alpha1-antitrypsine en compagnie de Dre Céline Bergeron. Également, l'organisme a réalisé une première conférence éducative sur l'asthme dans la ville de Québec en compagnie de Dr Louis-Philippe Boulet. **Nous vous invitons à consulter régulièrement le www.pq.poumon.ca afin de connaître les dates et sujets de nos prochaines conférences.**



Événements à venir...

Partie d'huîtres du Régiment de Maisonneuve

Le 13 novembre 2014, à 18h30, le Régiment de Maisonneuve vous convie au Manège militaire du 691, rue Cathcart, à Montréal, pour sa désormais célèbre partie d'huîtres annuelle. Tous les fonds amassés iront à l'Association pulmonaire du Québec dans le cadre de la Campagne de charité en milieu de travail du Gouvernement du Canada. Réservez dès maintenant au www.pq.poumon.ca.

Platine

Madame Thérèse Chapdelaine
Monsieur John Laughrea
Monsieur Paul-Aimé Marois

Or

Madame Lucie Barrette
Monsieur Roger Bergeron
Monsieur Raymond Bouchard
Monsieur Jacques Descombes
Madame Aline Fortier
Monsieur Paul Gamache
Monsieur Jacques Laparé
Mrs. Ann Laughlin
Madame Yolande Lemire
Madame Doris Létourneau
Mr. Kamal Farag Rizkalla

Argent

Monsieur Raymond Arseneault
Mrs. Lucille Barette
Mrs. Maria Battagliano
Monsieur Clément Beaudry
Madame Linda Pauline Beaulne
Madame Mireille Belanger
Monsieur Steeve Bergeron
Monsieur Pierre Bouchard
Madame Diane Boucher
Madame Sylvie Bourdon-Lareau
Madame Rachelle Bruno
Madame Marie-Hermance Carrier-Cook
Mrs. Debbie Cartier
Monsieur Roger Cloutier
Madame Michelle Comeau
Monsieur Robert Cumming
Madame Ghislaine Deslauriers
Mrs. Barbara Fletcher
Madame Clémence Girard
Madame Johanne Guénette
Madame Francine Lamoureux
Monsieur Patrick Lanier
Ms. Linda Marlow
Monsieur Robert Martel
Madame Pauline Martineau-Alacoque
Madame Rita Morin
Madame Jacqueline Perreault
Monsieur Maurice Robillard
Mrs. Suzanne Soulière
Madame Liliane St-Pierre
Madame Marie-Paule Valois
Monsieur Yvan Vermette
Madame Francine Villeneuve

Bronze

Madame Carmen Albert
Monsieur André Alix
Madame Marie-Blanche Allaire
Madame Noëlla Allaire
Monsieur Serge Allard
Ms. Josefina P. Alonzo
Madame Renée Arsenault
Madame Edmonia Aspirot
Madame Chantal Auclair
Madame Colette Auclair
Monsieur André Audet
Madame Henriette L. Auger
Madame Julienne Auger-Beaudet
Madame Rollande Baril
Madame Monique Barnabé
Madame Françoise Barrette-Lévesque
Madame Annette Bastien
Madame Colette Beaulieu
Monsieur Joseph Beaulieu
Monsieur Denis Bélanger
Madame Marie-Hélène Bélanger
Madame Nicole Béliveau
Madame Sophie Bellerose
Madame Ginette Bergeron
Madame Line Bergeron
Madame Fernande Bergeron-Veillette
Madame Gisèle Bernard
Madame Monique Bernard
Madame Monique Bernier
Monsieur Marc Berthiaume
Madame Nicole Berthiaume
Madame Micheline Bilodeau
Madame Solange Bilodeau
Madame Michèle Bisson
Madame Lise Bistodeau
Mrs. Hazel E. Blackburn
Madame Ginette Blais
Madame Liane Blais
Monsieur Réjean Blais
Madame Élizabéth Blanchard
Mr. John R. Blazaj
Monsieur Pierre Blouin
Madame Laurette Boies-Lavoie
Madame Francine Boily
Monsieur Guy Boisclair
Madame Nancy Boisvert
Madame Colette Boivin-Allard
Madame Henriette Bolduc-Boulet
Monsieur Albert Bouchard
Monsieur Guy Bouchard
Madame Lucie Bouchard

Madame Frédérique Boucher
Madame Marie-Thérèse Boucher
Madame Gertrude Boudreault
Madame Rose-Hélène Bouffard
Madame Christine Bourgault
Mr. Robert Bourget
Monsieur Martin Bournival
Monsieur Boromé Bourque
Madame Colette Bourque
Monsieur Réal Boutet
Madame Josiane Brisebois
Madame Hélène Brissette
Monsieur Paul-Émile Brisson
Monsieur Yvan Brodeur
Madame Fernande Brosseau
Madame Ginette Brouillard
Madame Rachelle Brouillette
Madame Jeannine Brousseau-Hartou
Mr. Peter W. Brown
Madame Lisette Brunelle
Madame Manon Brunet
Monsieur Raynald Brunet
Madame Marie-Lise Bujold-Hotton
Madame Angela Cantafio
Monsieur Michel Cantin
Monsieur Charles Carignan
Monsieur Gustave Caron
Madame Jocelyne Caron
Monsieur Jean-Guy Carré
Madame Esthel Carrier
Madame Jeannine Castonguay
Madame Lisette Caty-Gagnon
Monsieur Jacques Cayouette
Madame Ghyslaine Cayouette-Goyer
Monsieur Gaetan Champagne
Madame Lorraine Charbonneau
Madame Marie-Thérèse Chénard
Madame Jeannine Chevrier
Madame Francine Chiasson
Madame Pierrette Choquet
Monsieur Raffaele Ciocca
Madame Anne-Marie Claveau
Monsieur Patrick Cloutier
Madame Suzanne J. Cloutier
Mr. Brian Colwill
Madame Sylvie Comtois-Caron
Madame Claire Comtois-Fafard
Madame Fleurette Cormier
Madame Célyne Côté
Madame Jocelyne Côté
Monsieur René Côté
Madame Simonne Courmoyer-Plante
Madame Gisèle Cousineau-Robitaille
Madame Anne-Marie Crevier
Madame Danielle Cusson
Monsieur Albert D'Aoust
Madame Marielle Daigle
Madame Béatrice Daoust
Madame Françoise De Carufel
Madame Madeleine De Grandmaison
Madame Rita De Repentigny
Madame Marcelle Demers
Madame Micheline Demers
Madame Marie-Rose Denis
Monsieur Jean-Guy Dépeault
Madame Christiane Désautels
Madame Micheline Desautels
Monsieur Carol Desbiens
Madame Ginette Desbiens-Faille
Madame Céline O. Deschamps
Madame Françoise Deschênes
Madame Mariette Deshaies
Madame Pauline DesHêtres
Monsieur Romain Desrosiers
Monsieur Michel Dessureault
Madame Valérie Dionne
Monsieur Jacques Diotte
Mrs. Juanita Docherty
Madame Maude Léonard
Monsieur Jacques Doré
Monsieur Réjean Doré
Monsieur Serge Douville
Madame Denise Drapeau
Docteur Bernard Drouin
Madame Cécile Drouin
Madame Jeannette L. Du Charme
Monsieur Jean-Louis Dubé
Madame Marie-Rose Duclair
Monsieur Sylvain Dufour
Madame Cécile Dumaine-Major
Monsieur Claude Dumont
Monsieur Jean-Claude Dumont
Madame Claudette Durand-Perencin
Monsieur René Duval
Madame Danièle Énard
Monsieur Claude Filiatrait
Madame Pauline Fillion
Madame Huguette Fortier
Madame Lise M. Fortier
Monsieur Noël Fortin
Monsieur Denis Fournier
Madame Nicole Franche
Madame Hélène Fréchette
Madame Yolande Frenette-Beaupré
Mr. Vladimir Freud
Madame Annie Gagné
Monsieur François Gagnon
Madame Jocelyne Gagnon
Monsieur Jacques Galarnéau
Madame Marie-Josée Gariépy
Madame Carole Garon
Madame Marcelle Gauthier

Madame Monique Gauthier
Madame Yvette Gauthier-Ouellet
Madame Marie Gautreau
Madame Meriza Gélineau
Monsieur Gilles Gendron
Madame Marie Gendron
Monsieur Constant Germain
Madame Flore Gervais
Madame Pierrette Gervais
Madame Ghislaine Girard
Madame Karine Girard
Madame Marie Sara Godin
Madame Manon Gonthier
Madame Huguette Gravel
Madame Louise Gravel
Madame Simone Gravel
Madame Jeannine Guay-Michaud
Madame Madeleine Guérin
Madame Thérèse Guérin
Madame Odette Guimond
Madame Linda Hains
Madame Rita Harvey
Monsieur Steve Huard
Madame Angela Hubert
Mrs. Olive May Hughes
Madame Gisèle Hurtubise
Monsieur Gilles Imbeault
Mr. Bruce Innes
Monsieur François Ippersiel
Monsieur Raymond Jabbour
Madame Claudette Jalbert
Madame Mireille Jalbert
Monsieur Bernard Johnson
Mrs. Colette Johnson
Monsieur Serge Jutras
Madame Amal Karam
Madame Fortunée Kassouf
Mrs. Herta Kiesling
Madame Violette Kitching
Madame Françoise Legault
Madame Françoise Labbé
Monsieur Gino Labrecque
Madame Estelle Labrosse
Madame Gertrude Lacombe
Madame Nicole Lahaie
Madame Rita C. Lalanne
Monsieur Pierre Lalonde
Madame Ghislaine Lamarre
Monsieur Jean-Paul Lamarre
Monsieur Alain Lambert
Madame Françoise Lamontagne
Madame Nathalie Lamoureux
Madame Ginette Langlois
Madame Sylvie Langlois
Monsieur Yves Langlois
Madame Éliane Lanouette
Monsieur Henri-Paul Laplante
Madame Gaétane Lapointe
Madame Hélène Lapointe
Madame Pauline Lapointe
Madame Isabelle Larivière
Madame Jacqueline Larouche
Madame Jocelyne Latour
Monsieur Denis Latulippe
Madame Madeleine Lavallée
Monsieur Jean-Marc Lavigneur
Madame Lisiane Lavina-Leclair
Monsieur Serge Lavoie
Monsieur Magella Lebel
Madame Diane Leblanc-Courmoyer
Madame Réjeanne Leclerc
Madame Nicole Lefebvre
Monsieur François Légaré
Madame Huguette Légaré
Madame Françoise Legoux
Madame Madeleine Lemay
Madame Madeleine Lemieux-Vermette
Madame Gisèle Lemoine
Madame Maude Léonard
Madame Madeleine Lepage
Madame Suzanne Lessard
Madame France Levasseur
Madame Adélaïde Lévesque
Madame Hélène Lévesque
Madame Nicole Lévesque
Madame Pierrette Lévesque
Monsieur René Lévesque
Monsieur Luc Loiselle
Madame Lynda Loiselle
Madame Jocelyne Longchamp
Monsieur Guy Lussier
Monsieur Rami Maccache
Madame Francine Maheu
Mrs. Janet Mainville
Monsieur Jean-Yves Marceau
Monsieur Paul Marchand
Madame Suzanne Marchildon-De Carufel
Madame Suzanne Marcoux
Madame Lucie Marineau
Madame Thérèse Marquis
Monsieur Jacques Martel
Madame Josée Martel
Madame Léona P. Martel
Mr. Francesco Massarelli
Monsieur Marcel Massicotte
Monsieur Christian Maurais
Mrs. Anne McAslan
Mrs. Bessie Menard
Monsieur Daniel Ménard
Monsieur André Mercier
Mr. Stanley Michalski

Monsieur Yvan Michaud
Mr. Antonio Milano
Monsieur Vincent Montagano
Madame Louise Morin
Miss Alexandra Muller
Mrs. Eloise Napasney
Madame Thérèse Naud
Monsieur Marcel Nault
Monsieur Robert Nelson
Mrs. O. M. Oliver
Madame Vilma Osorio
Monsieur Charles Ouellet
Madame Diane D. Ouellet
Monsieur Gérard Ouellet
Monsieur Renaud Ouellet
Monsieur Jean-Paul Paquet
Monsieur Serge Paquette
Monsieur André Paquin
Monsieur Félix Paquin
Madame Marie Paquin
Madame Nicole Paradis
Monsieur Réjean Paradis
Madame Rose-Ange Pardoën
Madame Madeleine Parent
Madame Marie Pariseau-Groulx
Madame Nadia Maria Pasinato
Madame Lisette Payeur
Madame Micheline D. Pellerin
Madame Estelle Pelletier-Brisson
Madame Carmen Pépin
Monsieur Pierre Perreault
Monsieur André Perron
Madame Martine Pothier
Madame Danye Potvin
Madame Hélène Potvin
Madame Suzanne Potvin-Gingras
Madame France Poulin
Madame Luce Poulin
Monsieur Philip Price
Madame Jeannine Proteau
Madame Catherine Provencher-Martineau
Madame Denise Raiche
Mr. Matthew Ramage
Monsieur Guy R. Richard
Madame Jinette Riendeau
Monsieur Christian Riopel
Madame Julie Rochette
Monsieur Éric Rochon
Madame Marcelle Rodrigue
Madame Ella Romain
Mrs. Julienne Romanoski
Mrs. Carol Rose
Madame Lisette Rousseau
Madame Louise Rousselle-Trottier
Madame Ginette Roy
Monsieur Lucien Roy
Madame Marie Roy
Monsieur Maurice Roy
Madame Normande Roy
Madame Monique Sabourin
Madame Rollande Sauriol
Madame Sophie Sauvageau
Monsieur André Savard
Monsieur Claude Savard
Mrs. Dagmar Schellenberg
Mr. Lloyd Sexton
Madame Claudette Sirois
Madame Monique Soulière
Mr. Peter Spivey
Monsieur Alain St-Amour
Madame Renée St-Georges
Madame Rolande St-Hilaire Boisclair
Madame Georgette St-Laurent Lefebvre
Madame Dominique St-Louis
Madame Françoise St-Martin
Madame Jacqueline St-Pierre
Madame Johan St-Pierre
Madame Yolande St-Pierre
Mrs. Helen Stanczyk
Madame Josette Ste-Marie
Madame Jane Stevens
Madame Lyne Tessier
Madame Suzanne Tessier
Monsieur Fernand Théoret
Madame Anna Therrien-Leclerc
Madame Liette Thibault
Madame Lise Thivierge
Madame Caroline Tohmé
Madame Françoise R. Tremblay
Madame Marie Josée Tremblay
Monsieur Paul-Yvon Tremblay
Monsieur Pierre Tremblay
Madame Rachel Tremblay
Monsieur Richard Tremblay
Monsieur Yves Tremblay
Madame Yvonne Tremblay
Madame Thérèse Trempe-Labonté
Madame Diane Trotter
Mr. Chi-Tao Tseng
Monsieur Pierre Turcotte
Madame Claire Urbain
Madame Ghislaine Vachon
Madame Monique Vachon
Monsieur Gérard Vaillancourt
Madame Louise Valois
Monsieur Sylvio Vendramelli
Madame Chantale Verreault
Madame Noëlla Vézina
Madame Suzanne Vézina
Monsieur Guy Vignola
Madame Carmen Villeneuve
Mr. Kelland Willis
Monsieur Joseph Zauhar

LE BULLETIN DE L'ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC EST DISTRIBUÉ À TOUS LES MEMBRES.

Incorporée en 1938, l'Association pulmonaire du Québec est le seul organisme sans but lucratif à promouvoir la santé respiratoire et à prévenir les maladies pulmonaires par la recherche, l'éducation et les services. Elle vient en aide et défend tant les personnes atteintes que l'ensemble de la population québécoise.

CONTRIBUEZ AU BULLETIN Vous avez une anecdote à raconter, une histoire à partager, communiquez avec: Mathieu Leroux mathieu.leroux@pq.poumon.ca 1 888 POUMON9, poste 235 Au plaisir de vous lire !

ÉDITRICE : Dominique Massie

RÉDACTEUR EN CHEF : Mathieu Leroux

COLLABORATEURS : Geneviève Tremblay Johanne Corbeil

Pour nous joindre : Tél. : 514 287-7400 Fax. : 514 287-1978 1 888 POUMON9 www.pq.poumon.ca

DÉPÔT LÉGAL : Bibliothèque nationale du Québec Bibliothèque nationale du Canada ISSN 0843-381X



L'ASSOCIATION PULMONAIRE

6070, rue Sherbrooke Est
Bureau 104
Montréal (Québec) H1N 1C1



Avis de non-responsabilité

L'ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC/FONDATION QUÉBÉCOISE EN SANTÉ RESPIRATOIRE SE DÉCLARE FORMELLEMENT DE TOUTE GARANTIE EXPRESSE ET DE TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE QUELQUE SORTE EN REGARD AUX PRODUITS AFFICHÉS SUR LE BULLETIN DE L'ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC Y COMPRIS MAIS NON LIMITÉ À, TOUTE GARANTIE IMPLICITE DE BON FONCTIONNEMENT OU DE QUALITÉ MARCHANDE POUR UN USAGE EN PARTICULIER.

Le contenu de ce bulletin vise à fournir des informations générales relatives aux maladies respiratoires, à la qualité de l'air, au tabagisme, et aux sujets de santé pulmonaire. Ce bulletin n'est pas destiné à remplacer les connaissances, l'expertise, les compétences, et le jugement des médecins et pharmaciens, et/ou autres professionnels en soins de santé. Aucune information contenue sur ce bulletin n'est destinée à être utilisée pour des décisions sur le diagnostic ou traitement. Les questions et inquiétudes concernant le diagnostic et le traitement doivent être adressées à un professionnel de la santé.