

Avertissement:

**La prévalence de l'arthrite au Canada
est sur le point d'exploser!**



Selon les études, le nombre de personnes atteintes d'arthrite dépassera les six millions au Canada d'ici 2026. Or, pour permettre d'offrir des soins appropriés à toutes ces personnes, le Conseil canadien des rhumatologues universitaires estime qu'il faudrait que le nombre de rhumatologues augmente de 70 % au cours de cette période.

La hausse de l'incidence de l'arthrite aura des conséquences majeures sur notre système de santé. À l'heure actuelle, les troubles du système locomoteur comptent pour plus de 10 % du fardeau économique imposé par l'ensemble des maladies au Canada, alors qu'à peine un peu plus de 1 % de la recherche médicale porte sur ces troubles.

L'an dernier, La Société d'arthrite a injecté plus de neuf millions de dollars dans la recherche sur l'arthrite et le perfectionnement professionnel. Toutefois, ces fonds ne suffisent pas à financer tous les projets prometteurs.



**La Société
d'arthrite**

Avertissement:

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

2

Message du directeur général



Andy Chabot

L'arthrite n'est pas uniquement une affaire de personnes âgées. Cette maladie invalidante touche plus de quatre millions de Canadiens de tous âges, parmi lesquels on compte environ un million de Québécois. Deux fois plus de femmes que d'hommes en souffrent, et l'arthrite juvénile est l'une des maladies

chroniques les plus fréquentes chez les enfants de moins de 16 ans. Chaque année, environ 25 000 Québécois reçoivent un diagnostic d'arthrite.

Septembre, le mois de sensibilisation à l'arthrite au Canada, s'articule cette année autour du thème « L'arthrite à l'heure des bilans ». Pourquoi avoir choisi ce thème ?

« L'arthrite à l'heure des bilans » est une initiative de La Société d'arthrite et a pour but de sensibiliser la population canadienne et québécoise au fardeau énorme

que cause cette maladie, tant sur le plan économique que physique, et qu'il y a urgence d'agir. En effet, le coût de l'arthrite au Canada, actuellement évalué à 4,4 milliards de dollars par année, grimpera inévitablement à mesure que le nombre de personnes atteintes augmentera.

« L'arthrite à l'heure des bilans » guide nos actions et se divise en trois volets : Recherche, Ressources et Registre. Ce thème souligne que, malgré la gravité et l'ampleur de cette maladie, nos gouvernements ne lui consacrent pas suffisamment d'attention. D'énormes progrès sont requis pour faire de l'arthrite une priorité.

« L'arthrite à l'heure des bilans » vise aussi à souligner que plusieurs Québécois n'ont pas accès aux soins et aux traitements spécialisés qui pourraient pourtant diminuer et même prévenir leur incapacité. Il est essentiel que nos gouvernements engagent les fonds stratégiques nécessaires pour corriger cette situation.

En tant que consommateurs de soins de santé et contribuables, nous devons agir. Pour appuyer les actions de La Société, plusieurs options s'ouvrent à vous.

1 Vous pouvez appeler vos élus pour en discuter ou amorcer un dialogue portant sur l'arthrite et ainsi sensibiliser votre entourage à cette maladie.

2 Vous pouvez accorder quelques heures de bénévolat par semaine ou par mois à La Société d'arthrite et vous joindre à nous dans notre travail visant à aider les Québécois atteints de cette maladie.

3 Vous pouvez contribuer à faire avancer la recherche et aider La Société d'arthrite dans sa mission d'éducation et de soutien par un don.

4 Enfin, vous pouvez vous inscrire au registre de l'arthrite à www.arthrite.ca/registre. Le registre a pour but de regrouper des informations sur les personnes atteintes et de développer des programmes et services répondant à leurs besoins et attentes.

Nous comptons sur votre appui pour que l'arthrite figure à l'ordre du jour de nos gouvernements.

Andy Chabot

Directeur général de La Société d'arthrite

Message du président de l'Association des médecins rhumatologues du Québec



François Couture

Le diagnostic et le traitement des maladies rhumatismales ont amorcé des virages impressionnants depuis les vingt dernières années. Nous avons appris à mieux reconnaître les signes de la maladie mais aussi les indices favorables ou défavorables à son évolution. Nous disposons d'un arsenal thérapeutique

qui nous permet maintenant d'entrevoir ces maladies avec beaucoup d'optimisme. Nous maîtrisons de mieux

en mieux cette nouvelle technologie et pouvons maintenant l'appliquer dans notre pratique quotidienne.

Le traitement des maladies rhumatismales ne doit plus se contenter de compassion; il réclame des actions concertées. De précieux progrès ont été réalisés grâce à nos chercheurs. Qu'il s'agisse d'arthrose, de polyarthrite rhumatoïde, de collagénoses ou de maladies osseuses métaboliques, chaque nouveau pas de la recherche ajoute une lueur aux mille espoirs de nos patients et leur permet d'entrevoir l'avenir avec beaucoup plus de confiance. Les fruits de tous ces programmes de recherche ont fait de nous, les cliniciens, des acteurs beaucoup mieux éclairés et beaucoup plus agressifs.

La seule façon de parvenir à vaincre ces maladies est d'assurer la continuité de ces efforts en procurant à La Société d'arthrite le soutien financier nécessaire à la

poursuite et à la mise sur pied des nombreux projets de recherche qui lui sont proposés.

Depuis plus de 50 ans, le Programme de recherche et de perfectionnement professionnel de La Société appuie la recherche et la formation dans le domaine de l'arthrite. Chaque année, grâce au généreux soutien de ses donateurs, La Société investit plusieurs millions de dollars en recherche et en perfectionnement dans le domaine de l'arthrite.

En ce Mois de l'arthrite, j'invite la population québécoise à appuyer la recherche et les chercheurs en signant la lettre d'appui que vous retrouverez en page 10, et en soutenant financièrement la recherche. Les lettres reçues seront remises aux quatre centres de recherche lors d'une cérémonie de remise de bourses aux chercheurs qui aura lieu en octobre 2005. L'arthrite nous concerne tous. Participez à la solution!

François Couture

Président de l'Association des médecins rhumatologues du Québec

Avertissement :**La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!****3****Marie-Michèle Desrosiers : « Il faut s'engager afin d'offrir plus de ressources aux personnes atteintes »****Marie-Michèle Desrosiers**

Marie-Michèle Desrosiers a accepté, pour une deuxième année consécutive, d'être la porte-parole de La Société d'arthrite (LSA). Une œuvre qui lui tient particulièrement à cœur car l'arthrite, affection pourtant très répandue, demeure extrêmement méconnue. « *Maladie insidieuse, l'arthrite peut toucher tout le monde, femmes ou hommes, jeunes ou moins jeunes, sous l'une*

ou l'autre de ses nombreuses formes. Or, nous sommes tellement habitués à en entendre parler autour de nous que nous finissons par oublier le calvaire qu'elle peut faire endurer aux personnes qui en sont atteintes, déplore-t-elle. Il faut donc agir pour apprivoiser

chaque jour un peu plus ce mal afin de mieux le combattre. Et pour cela, LSA a besoin de notre aide. »

Pour cette artiste multidisciplinaire qui a longtemps brillé au sein du groupe Beau Dommage avant d'entamer une carrière de chanteuse solo avec beaucoup de brio, s'engager auprès de LSA est un devoir. Elle-même n'a d'ailleurs pas hésité une seconde avant d'accepter ce rôle. « *Si ma popularité peut faire avancer cette cause en sensibilisant le public, alors il est de mon devoir de m'engager.* » Elle considère que la mission de La Société est tellement vaste que, sans l'implication des nombreux bénévoles qui la côtoient et l'accroissement des dons qui lui sont destinés, La Société d'arthrite ne pourrait rencontrer ses objectifs de recherche, d'éducation et de soutien.

Après avoir œuvré pendant une année à titre de porte-parole de LSA, l'auteure-compositrice-interprète et comédienne a accepté avec enthousiasme de renou-

veler son engagement auprès de La Société. « *Au cours de ma première année à titre de porte-parole, j'ai pu constater combien la maladie était répandue et à quel point elle pouvait avoir un impact sur la vie des personnes qui en sont atteintes, précise-t-elle. C'est pour cela qu'il est important qu'un diagnostic rapide soit posé afin de permettre aux personnes qui souffrent de cette maladie d'accéder à des soins et à des médicaments appropriés dès l'apparition des premiers symptômes. Nous pouvons aider LSA dans cette démarche et agir pour faire avancer les choses. »*

L'artiste rappelle qu'en faisant un don, en offrant son aide comme bénévole ou en s'inscrivant au registre de La Société (page 11), chacun participe à la réalisation des objectifs de La Société d'arthrite et contribue à l'avancement de la cause.

Si vous pouviez créer une nouvelle façon de traiter la Polyarthrite rhumatoïde (PR), COMMENT LE FERIEZ-VOUS?

Envisageriez-vous un nouveau traitement?

Bristol-Myers Squibb, comme partenaire engagé dans le domaine de la recherche sur la PR et autres maladies auto immunes, est en mesure de fournir des réponses, dans l'espoir que dans un avenir rapproché, les patients et leurs médecins puissent bénéficier d'une nouvelle thérapeutique.

Bristol-Myers Squibb - À la découverte du futur



Bristol-Myers Squibb Canada

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

4

L'arthrite sous toutes ses formes



Il n'est pas rare d'entendre une personne se plaindre d'arthrite car elle ressent de vives douleurs dans les articulations. Si la souffrance est bien présente, il peut s'agir d'une forme bénigne d'arthrite, comme la tendinite ou la bursite, ou au contraire d'une forme très invalidante, telle la polyarthrite rhumatoïde.

L'arthrite désigne toutes les affections inflammatoires

qui touchent les articulations, de manière aiguë ou chronique. Il en existe actuellement une centaine de formes. Souvent associée au vieil âge, l'arthrite affecte également des bébés ou des jeunes gens dans la fleur de l'âge. Elle est d'ailleurs la maladie chronique la plus répandue au Canada: quatre millions de Canadiens et un Québécois sur six en sont atteints (dont 1500 enfants).

Véritable bombe à retardement, l'arthrite doit être diagnostiquée rapidement. Si elle ne peut être guérie, elle peut en revanche être contrôlée pour éviter les souffrances inutiles.

De la noirceur à l'espoir



Marcel Ruest

Voilà près de 41 ans que Marcel Ruest vit avec la maladie. C'est à l'âge de 19 ans que sa spondylarthrite ankylosante a fait son apparition. « Je m'en souviens comme si c'était hier, confie-t-il. C'était un lundi matin, je venais d'achever ma 11^e année et je commençais un emploi d'été dans une usine d'embouteillage. J'avais débuté ma journée à 7h30 et, à 9h15, j'ai senti cette intense douleur envahir mes chevilles avant

d'atteindre le haut de ma colonne vertébrale. Pour l'amoin-drir, je me suis penché vers l'avant et depuis ce jour, je n'ai plus jamais vu autre chose que l'asphalte. »

D'abord diagnostiquée comme une appendicite cachée, ensuite comme une maladie mentale avant de devenir un caprice de petit dernier de la famille, ce n'est qu'en 1980 que les médecins lui annoncent le verdict final: spondylarthrite ankylosante.

« Jusqu'à l'âge de 35 ans, je n'ai pas su de quoi je souffrais, précise Marcel Ruest. Alors qu'à 19 ans j'étais encore un

Les principaux facteurs de risques liés à l'apparition de l'arthrite sous l'une ou l'autre de ses formes sont l'hérédité, l'obésité et les traumatismes. Cependant, à l'heure actuelle et malgré les nombreuses avancées des chercheurs, sa cause réelle demeure inconnue.

Les formes les plus répandues d'arthrite sont les suivantes:

- L'arthrose est la forme d'arthrite la plus courante: elle touche 1 Canadien sur 10 ! Causée par la détérioration du cartilage, elle apparaît généralement après l'âge de 45 ans.
- La polyarthrite rhumatoïde se manifeste par de la rougeur, de la douleur, de l'enflure et une sensation de chaleur au niveau de l'articulation. Elle touche 1 Canadien sur 100. Elle survient entre l'âge de 25 et 50 ans et concerne deux fois plus souvent des femmes.
- La spondylarthrite ankylosante est une forme de rhumatisme inflammatoire chronique qui se caractérise par des douleurs et une raideur dans le dos ainsi que par une courbure de la colonne vertébrale. Un Canadien sur 100 est touché entre l'âge de 15 et 40 ans. Les hommes sont trois fois plus concernés que les femmes.

beau jeune homme, subitement, mon monde s'est écroulé et j'ai dû vivre avec la douleur 24 heures par jour. J'ai tout perdu, mes amis, ma blonde, mes passions pour la musique, le sport. Je passais mes journées à lire sur la galerie arrière de la maison car j'avais honte du bossu que j'étais devenu. Je me promenais à la noirceur pour que l'on ne me regarde pas comme si j'étais un monstre. Il m'arrive encore parfois d'observer mon reflet dans le miroir et j'ai mal, mais j'ai fini par m'accepter et je marche aujourd'hui la tête haute. »

Marié depuis l'âge de 27 ans à une femme qui a su voir l'homme derrière le handicap, et père de trois enfants, Marcel Ruest a travaillé toute sa vie « sans jamais prendre plus de deux jours de congé pour maladie ». « Que je sois au travail ou à la maison, j'avais mal, alors autant travailler ! » lance-t-il.

« Lors d'une froide journée de novembre, je me suis installé dans le salon et je me suis dit que j'avais deux choix : vivre ou mourir. Si je choisissais de vivre, il fallait que je prenne mon destin en main et que j'accepte ma nouvelle personnalité. C'est ce que j'ai fait. »

Il a d'abord décidé de renforcer sa musculature en travaillant comme débardeur puis s'est inscrit dans un club de karaté. Pendant sept ans, il a ainsi connu les joies du tatami. « J'ai obtenu ma première ceinture en un an et demi au lieu des trois mois habituels et j'ai dû arrêter deux grades avant

- L'arthrite juvénile touche les enfants de moins de 16 ans. Elle constitue une inflammation inexpliquée d'une ou de plusieurs articulations qui dure pendant au moins six semaines. Elle touche 1 jeune Canadien sur 1000 – autant garçon que fille.

- La fibromyalgie est un syndrome douloureux qui se manifeste par une douleur généralisée dans les muscles, les ligaments et les tendons. Elle touche 3 Canadiens sur 100, généralement âgés de plus de 50 ans et plus souvent des femmes.

- Le système immunitaire d'une personne atteinte de lupus produit des anticorps qui s'attaquent aux tissus sains. Quinze mille Canadiens sont touchés, principalement des femmes (10 fois plus souvent) âgées de 15 à 45 ans.

- La goutte se caractérise par un taux trop élevé d'acide urique dans l'organisme, lequel se dépose dans les articulations et cause de l'inflammation. Elle touche 1 Canadien sur 30. Les hommes entre 30 et 50 ans sont les plus touchés (4 hommes pour 1 femme).

la ceinture noire parce que je faisais de la haute pression. Mais cela reste ma plus belle réussite », révèle-t-il.

Ce dont notre homme a eu le plus besoin, c'est de parler de sa maladie avec des personnes capables de comprendre ce qu'il endurait. « Cela m'a pris 26 ans pour accepter que j'étais croche et que j'allais mourir croche, explique-t-il. En 1990, je suis devenu membre de l'Association des arthritiques de Québec, un regroupement de personnes atteintes qui se réunissent pour partager leur expérience et leurs connaissances et pour s'amuser. J'en suis aujourd'hui le président. »

S'il est très heureux que de nouveaux traitements aient été mis au point pour contrer la spondylarthrite ankylosante, il regrette que ceux-ci ne soient pas remboursés par le gouvernement. « C'est une maladie invalidante qui nous empêche de mener une vie normale. Si le gouvernement pouvait au moins traiter les jeunes, cela les empêcherait de devenir invalides et donc de vivre au crochet de la société. » Son jugement est sans appel. Il est d'ailleurs prêt à laisser sa place à un jeune pour que celui-ci ne partage pas son calvaire et qu'il puisse travailler comme tout le monde et croquer dans la vie à pleines dents malgré tout.

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

**Les médicaments** des traitements toujours plus efficaces**Dr Louis Bessette**

Depuis six ans, de nouveaux médicaments destinés à traiter la polyarthrite rhumatoïde, la polyarthrite juvénile, la spondylite ankylosante ou la polyarthrite psoriasique des patients n'ayant pas réagi aux formes de traitements plus classiques sont arrivés sur le marché. « Ce sont des "agents biologiques" qui agissent sur ce qui crée l'inflammation, explique le Dr Louis Bessette, rhumatologue au CHUL de Québec. En inhibant l'action du TNF-alpha (NDR : aussi appelé facteur de nécrose tumoral alpha humain, lequel a pour effet de déclencher une réaction en chaîne dans le corps humain qui va causer l'inflammation, la douleur et la détérioration des articulations), les agents biologiques diminuent l'inflammation articulaire et les douleurs qui l'accompagnent. »

À l'heure actuelle, traiter un malade avec Enbrel[™] ou Rémicade[™] (et bientôt avec Humira[™]) pendant un an coûte environ 17 000 dollars. « Compte tenu de son coût élevé, cela reste une thérapeutique d'exception réservée aux personnes qui ne réagissent pas aux médicaments standards, regrette le rhumatologue. Si ce n'était pas de ce point précis, elle serait davantage prescrite, car elle est plus efficace que les traitements habituels », ajoute-t-il.

Selon de récentes études, ces agents biologiques ont en effet pour résultat d'arrêter le développement de la maladie chez certains patients, alors que les médicaments classiques se contentent de ralentir son évolution. Une victoire qui pousse les laboratoires à développer de nouveaux « agents ».

Les coxibs

Le Dr Bessette souligne par ailleurs l'importance des coxibs (Celebrex[™]) qui ont pour conséquence de diminuer les effets secondaires gastriques. « La controverse qui a mené au retrait du Vioxx[™] vient du fait que l'on croit que ces anti-inflammatoires

augmentent les risques de complications cardiaques. Or, on s'est aperçu que les anti-inflammatoires traditionnels avaient le même défaut. » Les laboratoires Merck refusent cependant de reprendre - pour le moment - les ventes de Vioxx[™], ce produit phare.

La glucosamine

S'agissant des produits dits naturels, telle la glucosamine, le Dr Bessette spécifie que leur efficacité a bel et bien été prouvée. « La glucosamine soulage certains patients, comme pourrait le faire une faible dose d'anti-inflammatoires ou le Tylenol[™] ». Il émet cependant des bémols. « Si son effet sur la douleur est réel, elle est cependant aussi souvent associée au ralentissement de l'arthrose. Or ceci n'a pas été établi », prévient-il. Une situation à laquelle pourrait remédier une étude actuellement en cours dont les résultats seront publiés en 2006.

En attendant, le rhumatologue met en garde les consommateurs : « Les doses indiquées sur les flacons ne sont pas toujours exactes. Les acheteurs ne savent donc pas toujours ce qu'ils avalent. »

AMGEN Wyeth[®]

Fières d'appuyer la campagne de sensibilisation annuelle de La Société d'arthrite.

6

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

Favoriser la recherche et l'enseignement**Dr Eric Rich**

Chaque année, La Société d'arthrite octroie des bourses grâce auxquelles les chercheurs et les professeurs-cliniciens peuvent faire avancer la cause de l'arthrite. Pour Eric Rich, rhumatologue et professeur adjoint à l'Université de Montréal, ces bourses qui représentent plusieurs millions de dollars sont essentielles. « L'arthrite est l'une des maladies que le médecin de famille rencontre le plus fréquemment dans sa pratique. Or, nous avons réalisé qu'un certain nombre d'entre eux présentaient des lacunes et ne savaient pas détecter la maladie assez tôt ni la traiter correctement, explique-t-il. C'est pour cette raison que la stimulation des carrières dans ce domaine est devenue une véritable priorité. »

Actuellement, le Québec manque cruellement de rhumatologues – il en faudra 70% de plus dans les prochaines années. Grâce à la bourse qu'il a obtenue, le Dr Rich s'attelle donc à intéresser les étudiants en médecine afin qu'ils choisissent de se spécialiser en rhumatologie. Il travaille également auprès des futurs médecins de famille pour que ceux-ci, grâce à une formation plus efficace, sachent détecter les signes avant-coureurs de l'arthrite. Le fait de faire un diagnostic précoce permettra de mettre un nom sur la maladie et de la traiter dès son apparition, ce qui constitue l'une des clés de la réussite des traitements.

« En 2005, pour la première fois depuis de nombreuses années, nous avons cinq futurs rhumatologues en formation à l'Université de Montréal, précise le Dr Rich. C'est une réussite car les années précédentes, la moyenne était de moins d'un candidat par année. »

Succès que l'on retrouve également au plan de la recherche fondamentale. « Trop peu de fonds publics sont consacrés à la recherche en rhumatologie compte tenu de

la fréquence de la maladie, déplore le médecin spécialiste. Pourtant, les chercheurs canadiens ont largement contribué aux dernières avancées en matière de thérapies. » Le Dr Rich note ainsi que seulement 1% des budgets de recherche sont alloués à l'arthrite alors que celle-ci occasionne 10% des coûts de santé. « Là encore, les bourses octroyées à la recherche par La Société d'arthrite permettent de faire avancer les choses, ce qui est essentiel. »

Finalement, le médecin conclut que « l'impact de l'arthrite est encore malheureusement trop souvent sous-évalué par les pouvoirs publics ». Raison pour laquelle La Société d'arthrite est au fil des ans devenue un des acteurs si indispensables aux chercheurs. Mais, si chaque année, une centaine de chercheurs et de scientifiques canadiens spécialisés dans l'arthrite se tournent vers La Société pour financer leurs travaux, malheureusement – et malgré la qualité des projets - La Société d'arthrite, à son grand désespoir, est contrainte d'en refuser. C'est pour remédier à cette situation et financer tous les projets méritoires qu'elle cherche à accroître ses revenus par des activités de collecte de fonds.

Bourses

LA SOCIÉTÉ D'ARTHRITE						
SOMMAIRE DES BOURSES DE RECHERCHE POUR L'ANNÉE 2005/2006						
	UNIVERSITÉS					TOTAL
	Montréal	McGill	Sherbrooke	Laval	Québec (UQAM)	
BOURSES DE PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL						
Chercheur		Dr Ann Clarke (IRSC) - 5/5				
Chercheur (LSA/IRSC)		Dr John Di Battista - 5/5 Dr Saaha Bernatsky - 1/5 Dr Komarova Svetlana - 1/3		Dr Marc Pouliot - 5/5 Dr Maria Fernandes - 2/5		
Nouveau chercheur	Dr Debbie Feldman - 2/5 Dr Pascal Reboul - 3/5 Dr Muhammad Zafarullah - 1/5	Dr Deborah DeCosta - 4/5 Dr Eham Rahme - 4/5				
Attaché d'enseignement clinique	Dr Eric Rich - 5/5	Dr Lasora Berkson - 4/5	Dr Patrick Liang - 1/5			
Chercheur émérite (SLA/IALA)		Dr Marie Hudson - 3/3				
Boursier clinique						
Chercheur de carrière						
	165 500 \$	307 000 \$	45 000 \$	122 000 \$	0 \$	639 500 \$
BOURSES DE RECHERCHE						
Bourse de recherche (SLA/IALA)						
Bourse de recherche	Dr Julio Fernandes - 2/3 Dr Daniel Lajeunesse - 2/3 Dr Mohamed Banderjour - 1/3 Dr Hubert Labelle - 1/3 Dr Florina Moldovan - 1/3		Dr Gilles Boire - 3/3 Dr Patrick McDonald - 1/3 Dr Sophie Roux - 2/3	Dr S. Bourgoin - 2/3 Dr Paul Naccache - 3/3 Dr Marc Pouliot - 2/3 Dr Francine Goulet - 3/3 Dr Maria Fernandes - 1/3 Dr Patrice Poubelle - 1/2	Dr Denis Girard - 1/3	
Bourse de formation stratégique						
	432 000 \$	0 \$	255 640 \$	567 270 \$	95 000 \$	1 349 910 \$
BOURSES AUX CENTRES POUR L'ARTHRITE						
Centre pour l'arthrite	Dr Jean-Pierre Palletier	Dr Henri Ménard	Dr Artur de Brum-Fernandes	Dr Jacques Brown		
	25 000 \$	25 000 \$	25 000 \$	25 000 \$	0 \$	100 000 \$
TOTAL :	622 500 \$	332 000 \$	325 640 \$	714 270 \$	95 000 \$	2 089 410 \$

(IRSC - Instituts de recherche en santé du Canada)

(IALA - Institut de l'appareil locomoteur et de l'arthrite)

(Explication des chiffres qui suivent les noms des chercheurs: le numérateur représente l'année en cours; le dénominateur représente la durée totale de la bourse.)

Bracelet

de La Société d'arthrite



La Société d'arthrite vous invite à vous procurer son «Bracelet» au prix de 3 \$ l'unité, plus les frais d'envoi, afin d'appuyer sa mission qui est d'améliorer la qualité de vie des personnes atteintes d'arthrite et celle de leurs proches.

Pour commander, composez le 1-800-321-1433.

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

**Aller plus haut** pour financer la recherche

Ascension du Mont Kilimandjaro

La Société d'arthrite ne pourrait sans doute pas survivre si des milliers de donateurs ne mettaient pas la main dans leur poche pour soutenir son action. Désireuse de sensibiliser davantage de personnes à sa cause et de soutenir de plus en plus la recherche, elle organise des événements spéciaux grâce auxquels elle amasse des fonds. C'est ainsi que, pour la deuxième année consécutive, des volontaires vont partir en Tanzanie à l'assaut du Mont Kilimandjaro pour planter le drapeau de La Société d'arthrite à son sommet.

Uniprix contribue à la sensibilisation

Énormément sollicitée par des organismes et déjà étroitement associée à deux causes majeures, Uniprix a toutefois répondu favorablement à la demande d'engagement de La Société d'arthrite. C'était il y a trois ans.

« J'ai été très surpris d'apprendre que plus d'un million de Québécois sont atteints d'arthrite et luttent quotidiennement contre cette maladie chronique. Il y a une centaine de formes d'arthrite et elles affectent non seulement les personnes âgées, ce qui est connu, mais aussi les femmes et les enfants. Il fallait agir, » affirme le président et chef de la direction d'Uniprix, M. François Castonguay.

Selon le principal dirigeant du deuxième plus important regroupement de pharmaciens (et de pharmaciennes) propriétaires au Québec, La Société

Soixante-six personnes (médecins, ambulanciers, pompiers, étudiants, gens d'affaires, etc.), âgées de 20 à 60 ans, vont effectuer l'ascension de ce volcan éteint qui culmine à 5895 m, entre le 24 octobre et le 5 novembre. Un véritable exploit puisque le groupe ArthroAction représentera la plus importante cordée à avoir entrepris cette montée.

Pour Marc Binette, l'ascension du Kilimandjaro est un défi inhabituel pour lequel il est prêt à se surpasser. Très touché par la souffrance des jeunes atteints d'arthrite, cet homme d'affaires de Terrebonne a décidé de s'investir à fond dans le projet. Sa motivation, il la puise auprès de Jade, 9 ans. Atteinte d'arthrite juvénile depuis l'âge de 1 an et demi, Jade est son héroïne, celle pour qui Marc Binette va tenter cette incroyable aventure. Obligée de prendre beaucoup de médicaments et de subir de nombreuses injections, Jade reconnaît vivre des frustrations à cause de la maladie. « Je manque l'école et je ne peux plus faire de danse », confie-t-elle. Mais, auprès de son « parrain de l'arthrite », elle a trouvé une nouvelle motivation.

d'arthrite a un important travail de sensibilisation à l'égard de cette maladie. « Plus d'adultes sont atteints d'arthrite que de cancers, de maladies cardiovasculaires ou de maladies respiratoires; cette cause doit donc profiter de chaque tribune pour attirer toute l'attention qu'elle mérite. »

Parmi ses activités sociétales, Uniprix assure l'organisation d'un tournoi de golf annuel au profit de La Société d'arthrite. Cet événement permet à de nombreuses personnes influentes au Québec, notamment aux fournisseurs d'Uniprix, de contribuer financièrement à la recherche et de mieux connaître l'ampleur des effets de l'arthrite sur la santé en général.

De telles activités ont un impact direct sur le financement et les recherches pilotées par La Société

« Chaque participant à l'entraînement ArthroAction est jumelé avec une personne souffrant d'arthrite qui agit à titre de "héros", explique Alexandra Vadnais, coordonnatrice aux événements à La Société d'arthrite. Le participant peut choisir lui-même son héros ou être jumelé avec quelqu'un par notre entremise. » Par ailleurs, pour vivre cette aventure hors du commun, chacun des 66 marcheurs a dû, outre s'entraîner pendant de longs mois, amasser 7000 \$ – composés de dons d'entreprises ou individuels – versés à La Société d'arthrite.

Une initiative qui a beaucoup de succès. Chaque année amène d'ailleurs son lot supplémentaire de candidats. En 2004, 23 personnes s'étaient rendues en Tanzanie; cette année le groupe a presque triplé. Une fierté pour La Société d'arthrite. « Les participants sont nos meilleurs ambassadeurs, lance Alexandra Vadnais. Grâce à leurs voix et à leur volonté, La Société d'arthrite peut consacrer encore plus de fonds à la recherche. » Une nouvelle activité est prévue pour 2006. Pour plus d'informations, composez le 1-800-321-1433.



François Castonguay,
président et chef
de la direction d'Uniprix

d'arthrite. « Grâce à Uniprix et à son réseau de contacts, nous avons accès à un grand nombre de gens d'affaires. La contribution de M. François Castonguay est digne de mention, puisque lui et son équipe nous permettent de réaliser des événements de qualité auxquels les gens et les entreprises sont heureux de s'associer » ajoute, pour sa part, M. Andy Chabot, directeur général de La Société d'arthrite – division du Québec.

Mention des donateurs Remerciements

La Société d'arthrite souhaite remercier chaleureusement les donateurs suivants, qui ont contribué de manière exceptionnelle au financement de la recherche et des services à la population en 2004-2005.

Hydro-Québec
Caisse de bienfaisance des employés
et des retraités du CN
Centre universitaire de santé de McGill
Fondation Émilie Jauron
Fondation Maurice Tanguay

Fondation Norman Fortier
Fondation Paul A. Fournier
Marchés Mondiaux CIBC
Opération Enfant Soleil
Quebecor World Inc.

Scotia Capitaux
Winners HomeSense

Desjardins Sécurité financière
Partenaire de prestige
Programme des dons majeurs et planifiés

8

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

La première personne ressource capable de vous aider à gérer votre arthrite, c'est VOUS!**Essayez ces exercices quotidiens pour le dos.****LE « DOS DE CHAT » :**

Tenez-vous à quatre pattes. Laissez lentement le dos et le ventre descendre vers le sol. Puis, arquez lentement le dos vers le haut en abaissant votre tête. Recommencez plusieurs fois.

**LA PRESSION SUR LES OMOPLATES :**

Asseyez-vous droit sur une chaise, gardez le menton rentré et les épaules basses. Pressez les omoplates ensemble, redressez le haut du dos et gardez cette position quelques secondes. Recommencez plusieurs fois.



Les personnes atteintes d'arthrite peuvent faire de l'exercice sans risque puisque des muscles plus forts protègent les articulations.

L'EXERCICE EST BÉNÉFIQUE :

- ✓ il aide à garder vos os, articulations et muscles en santé;
- ✓ il diminue les symptômes d'arthrite et réduit la douleur;
- ✓ il améliore et stabilise votre humeur;
- ✓ il aide à maintenir un poids santé : les gens ayant un excédent de poids sont plus susceptibles de souffrir d'arthrite dans les articulations des genoux.

Votre médecin généraliste peut traiter efficacement plusieurs formes d'arthrite, dont l'arthrose.

Si votre état nécessite une plus grande expertise, il pourra vous diriger vers un spécialiste.

Le rhumatologue

- possède une formation plus approfondie qu'un médecin généraliste;
- a consacré plusieurs années à l'étude de l'arthrite et des maladies rhumatismales;
- est formé pour dispenser des soins exceptionnels, enseigner et faire de la recherche.

Le physiothérapeute (qui se spécialise en arthrite)

- examine en détail votre fonction articulaire et effectue un bilan de vos capacités physiques;
- élabore un programme personnalisé de traitement et d'exercice pour améliorer la force, la souplesse et l'amplitude de mouvement de vos articulations;
- propose des exercices de tolérance à l'effort et vous enseigne à utiliser au maximum vos capacités physiques sans ressentir de douleur;
- utilise massages, ultrasons et enveloppements chauds et froids pour traiter la douleur.

L'ergothérapeute (qui possède une formation en gestion de l'arthrite)

- analyse chacune de vos activités quotidiennes et prépare un programme de rééducation vous aidant à protéger vos articulations, minimiser la fatigue et conserver votre mode de vie;
- aide à réaménager votre foyer ou votre lieu de travail pour faciliter vos activités;
- confectionne divers types d'attelles ou d'orthèses, des souliers orthopédiques et autres outils fonctionnels qui contribuent à réduire la douleur et à maximiser votre autonomie.

Le chirurgien orthopédiste

- Certaines formes d'arthrite causent des lésions aux os et au cartilage. Le chirurgien orthopédiste se spécialise en chirurgie préventive et réparatrice des os, des articulations, des muscles et autres tissus mous, dont les ligaments et le cartilage.
- La chirurgie peut faire partie d'un programme de traitement. Par exemple, dans un cas d'arthrose grave de la hanche, la chirurgie est parfois recommandée tôt, parce qu'elle peut être le moyen le plus efficace de soulager la douleur et de retrouver la mobilité.

RESSOURCES**INFORMEZ-VOUS SUR LES PROGRAMMES ET SERVICES DE LA SOCIÉTÉ D'ARTHRITE**

La Société d'arthrite offre aux personnes atteintes d'arthrite et à leurs proches des **RESSOURCES** pour les aider à améliorer leur quotidien:

Programmes d'autogestion de la douleur (PIPA et Mon arthrite... je m'en charge);

Ateliers et forums d'information sur la maladie;

Service téléphonique d'écoute et d'orientation vers des ressources médicales et communautaires;

Documentation et matériel éducatif;

Camp pour enfants atteints d'arthrite juvénile;

Accès aux conseils d'une rhumatologue grâce au site web de La Société;

Accès aux conseils de spécialistes (exemple : nutritionniste, kinésiologue, etc.) par téléphone;

18 000 pages d'information variée mises à jour régulièrement sur le site web.

Pour connaître le calendrier des événements et des formations offertes près de chez vous, composez le 1-800-321-1433 ou consultez le www.arthrite.ca/quebec

Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

9

Sexualité et arthrite ne sont pas inconciliables



Dr Monique Camerlain

La douleur et l'inflammation sont une cause d'inconfort qui peut grandement affecter les relations sexuelles d'une personne souffrant d'arthrite. Pourtant, à peine 15% des personnes arthritiques abordent le sujet avec leurs médecins qui, en revanche, ne sont pas portés à soulever cette question pour le moins délicate.

Pour aider ses confrères et consœurs rhumatologues, déjà débordés en raison de leur petit nombre, le Dr Monique Camerlain, rhumatologue à Sherbrooke, a réalisé un dépliant intitulé *Sexualité et arthrite* en collaboration

avec les docteurs Pierre Alarie et Richard Villeneuve de l'Association de médecine sexuelle du Québec. Distribué par La Société d'arthrite, ce guide pratique s'adresse autant à l'homme de 60 ans qui s'est fait implanter une prothèse de la hanche qu'à la jeune femme de 25 ans qui souhaite interrompre sa médication pour devenir enceinte. On y propose notamment des positions pour aider les personnes souffrant de douleurs au dos ou aux genoux.



« Nous l'avons présenté au Congrès mondial de sexologie qui se tenait l'été dernier à Montréal et plusieurs médecins nous ont avoué avoir eu une véritable révélation en consultant ce dépliant novateur, explique le Dr Camerlain. Certains spécialistes m'ont dit être convaincus que leurs patients souffrant de problèmes cardiaques ou pulmonaires pourraient aussi profiter de ce genre de publication. »

Un message d'espoir pour les jeunes souffrant d'arthrite juvénile

L'arthrite est une maladie chronique invalidante qui touche surtout les adultes. Toutefois, lorsqu'on a 8 ou 10 ans et qu'on souffre déjà d'arthrite juvénile, il est encourageant d'entendre le témoignage d'une athlète de haut niveau qui réussit à se classer parmi les meilleurs au monde même si elle en est atteinte.

C'est le genre d'espoir que la judoka Amy Cotton, originaire de la Nouvelle-Écosse, a donné à des jeunes qui participaient au camp d'été pour enfants atteints d'arthrite juvénile. « Je veux que les jeunes sachent qu'il y a autre chose que la vie avec l'arthrite », a indiqué l'athlète de 25 ans, qui a remporté en mars dernier une médaille d'argent à la Coupe du monde de judo de Tempere en Finlande. « En ce qui me concerne, je vis avec l'arthrite; ce n'est pas l'arthrite qui gère ma vie, précise-t-elle.



Amy Cotton

Je prends des médicaments et je reste en contrôle de ma compétition en gardant ma concentration. Tout se passe dans ma tête.

Amy Cotton a commencé à pratiquer le judo à l'âge de 6 ans, mais n'a reçu un diagnostic d'arthrite qu'à l'âge de 17 ans. « Pendant six semaines, j'avais mal aux jambes et aux hanches, j'étais incapable de marcher et je dormais tout le temps, puis il pouvait s'écouler plusieurs années sans que je ressentie aucun symptôme. Les médecins ne savaient pas ce que j'avais parce que je n'avais pas d'enflure. Ce n'est que lorsque j'ai eu un doigt très enflé qu'on a soupçonné l'arthrite. »

Après une première participation aux Jeux Olympiques d'Athènes, Amy Cotton espère terminer dans les cinq premières places et peut-être même monter sur le podium à Pékin en 2008. Parions qu'elle aura plusieurs jeunes admirateurs.

Groupe d'entraide pour mieux vivre avec l'arthrite



Diane Gibb

Il y a trois ans, Diane Gibb a reçu un diagnostic qui a complètement bouleversé sa vie. À l'âge de 48 ans, son médecin lui a appris qu'elle souffrait d'arthrose. « Je pensais qu'il s'était trompé de radiographie avec une personne de 80 ans », raconte-t-elle.

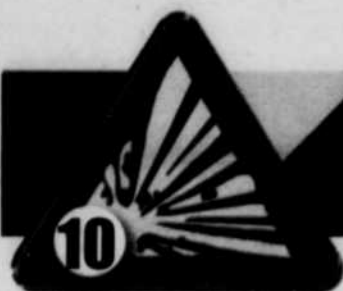
« Mon premier grand pas vers le retour à une vie normale a été de me rendre au "Rendez-vous" organisé par Arthrite Montréal, où j'ai pu amasser de l'informa-

tion, ajoute-t-elle. J'ai réalisé que je n'étais pas la seule personne de mon âge et qu'il y en avait des plus jeunes qui souffraient d'arthrite ». Le soutien apporté par son groupe d'entraide lui a tellement été bénéfique qu'elle a décidé à son tour de faire profiter d'autres personnes de son vécu. « Le but du groupe est d'accompagner les gens après le diagnostic, affirme-t-elle. En plus de les aider à accepter la maladie, nous pouvons leur donner différents trucs pour gérer la douleur au quotidien en cherchant à atteindre un équilibre. »

Ces trucs consistent par exemple à faire de l'exercice, bien s'alimenter en évitant les excès, boire beaucoup d'eau, éliminer les sources de stress et bien se reposer.

Au fond, ces habitudes de vie saines sont les mêmes que celles que les spécialistes de la santé recommandent pour prévenir les maladies du cœur, le diabète, l'hypertension et d'autres maladies reliées à notre mode de vie sédentaire.

Grande sportive, Diane Gibb croit d'ailleurs que c'est la période d'inactivité résultant de la blessure qu'elle s'est infligée à la jambe et à la hanche qui ont « réveillé » son arthrite. « Si je n'avais pas fait autant de sport, peut-être que la maladie se serait manifestée avant. »



Avertissement:

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

Mot de Mélanie Pitre



Mélanie Pitre

Jeune femme de 23 ans, Mélanie a reçu un diagnostic de polyarthrite rhumatoïde à l'âge de 14 ans. Elle est maintenant porte-parole pour La Société d'arthrite.

Bonjour,

Vous savez, les personnes atteintes d'arthrite fondent de grands espoirs dans la recherche : l'espoir de découvrir un jour un remède définitif à l'arthrite, mais aussi l'espoir de trouver de meilleurs traitements qui permettraient de faire reculer la douleur et l'incapacité physique.

Je vous invite à signer cette lettre d'appui et à nous la retourner avec votre don. La Société d'arthrite fera parvenir votre mot d'encouragement aux équipes de recherche lors de la cérémonie de remise des bourses, en octobre prochain. En saluant la valeur de leur travail, vous leur permettrez de tripler leur énergie et leurs résultats!

Mélanie Pitre

Porte-parole des personnes arthritiques du Québec

Formulaire de don

Je veux participer à la solution en contribuant à la campagne du Mois de l'arthrite!

Voici mon don de : 30 \$ 40 \$ 50 \$ 60 \$ ou _____ \$

Nom: _____ Prénom: _____

Adresse: _____

Ville: _____ Code postal: _____

Tél.: _____



Je contribue par :

- Internet à www.arthrite.ca/dons
 Chèque émis à l'ordre de La Société d'arthrite
 Visa MasterCard AMEX

 N° de la carte

 Date d'expiration Signature

Un reçu est émis pour les dons de 15 \$ et plus ou sur demande. (Cochez la case)

Je souhaite recevoir par la poste un formulaire d'inscription au **Registre de l'arthrite**. (Cochez la case)



Lettre d'appui à toutes les équipes de recherche sur l'arthrite

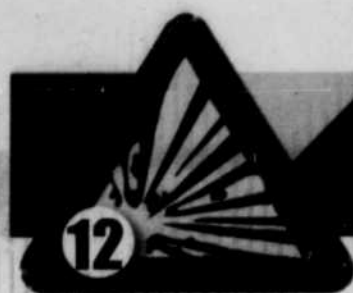
En tant que donateur et ami de La Société d'arthrite, j'appuie la recherche sur l'arthrite et j'encourage les équipes de chercheurs du Québec à poursuivre leurs efforts pour trouver un remède.

Ensemble, nous prenons l'arthrite en main!

 (Votre signature)

SVP, nous retourner le tout à l'adresse suivante :

La Société d'arthrite - Division du Québec
380, rue St-Antoine Ouest, bureau 3280
Montréal (Québec) H2Y 3X7



Avertissement :

La prévalence de l'arthrite au Canada est sur le point d'exploser!

Du bonheur et de bonnes heures à partager



Yolande et Donald Martel

Les hommes et les femmes qui donnent généreusement de leur temps en agissant à titre de bénévoles pour La Société d'arthrite sont unanimes pour dire que leurs efforts sont amplement récompensés par les témoignages qu'ils reçoivent. « C'est incroyable! Les gens viennent nous voir pour nous parler de leur mère ou

de leur frère qui est atteint d'arthrite », indique Mme Yolande Martel. Son mari, Donald, et elle en sont à leur douzième année avec La Société d'arthrite à Sherbrooke.

« J'ai beaucoup d'admiration pour les bénévoles qui sont eux-mêmes atteints d'arthrite, ajoute M. Martel. Certaines femmes ont les doigts complètement déformés par l'arthrite. Elles recueillent des fonds pour soutenir la recherche non pas pour elles, car il est trop tard dans leur cas, mais dans l'espoir qu'on trouve une cure qui évitera à d'autres personnes d'endurer les souffrances qu'elles vivent chaque jour. »

Comme bien des gens de leur âge, M. et Mme Martel sont atteints d'arthrose, la forme la plus répandue d'arthrite. Leur engagement auprès de La Société d'arthrite leur permet d'assister à des conférences prononcées par des chercheurs sur les nou-

veaux traitements disponibles ou à des témoignages de personnes vivant avec l'arthrite.

ÊTES-VOUS DISPONIBLE ET PRÊT À VOUS ENGAGER?

Voici comment vous pouvez nous aider:

- accueil et information lors d'événements;
- kiosques : vente d'articles, emballage de cadeaux pour le temps des fêtes, représentation;
- soutien administratif : envois postaux, entrées de données à l'ordinateur;
- programme PIPA : animation de petits groupes de personnes arthritiques afin de les aider à prendre en charge leur maladie;
- aide à la collecte de fonds en devenant, si vous êtes atteint d'arthrite, le héros d'un participant du programme ArthroAction;
- autres : membres de comités, écoute téléphonique.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec La Société d'arthrite, à Montréal, au 514-846-8840, poste 234. À Sherbrooke au 819-562-5551, à Québec au 418-692-0220 ou sans frais au 1-800-321-1433, poste 234. Votre aide peut faire toute la différence.



Notre cible,
les maladies inflammatoires.

Notre raison, vous.



SCHERING CANADA INC.
3535, route Transcanadienne, Pointe-Claire (Québec) H9R 1B4