

Le Ruban bleu – Index thématique – volumes 11 et 12 (2003-2005)

Prot./Cons. : Article portant sur le Protocole résultant du Consensus canadien (Carruthers *et al.*, 2003)

Pour méd. : Article particulièrement utile pour les médecins (X) et autres professionnels de la santé, et pouvant intéresser des professionnels des services sociaux ou juridiques

Thème		Titre de l'article [et précisions sur le sujet ou sur l'auteur]	Référence	Année	Prot./ Cons.	Pour méd.	
L'EM/SFC	Caractéristiques de l'EM/SFC	Malaise post-effort	Vol.11, no 2-3, p.10-11	2004	X	X	
		Problèmes cognitifs – Selon le <i>Protocole</i> de février 2003	Vol.11, no 1, p.10-14	2003	X	X	
		L'exercice physique pour les personnes atteintes d'EM/SFC [article scientifique, avec références]	Vol.11, no 2-3, p.12-16	2004	X	X	
		L'exercice physique pour les PAEM – Selon le protocole de Carruthers <i>et al.</i>	Vol.12, no 1, p.9-11	2004	X	X	
	Facteurs déclencheurs ou aggravants	Des cadeaux ? –Mise en garde [concernant les matériaux d'art ou d'artisanat, ainsi que la thalasso thérapie et les algues]	Vol.11, no 1, p.5	2003		X	
	Recherche	Recherche sur le SFC et le sommeil	Vol.11, no 2-3, p.16	2004		X	
	Stratégies pour s'aider						
	Alimentation	Personnalisons nos choix [aliments et suppléments]	Vol.11, no 1, p.19-20	2003			
		À votre santé ! [commentaires d'experts en nutrition, par rapport aux guides alimentaires américains et canadiens]	Vol.11, no 1, p.20-23	2003		X	
		Mon alimentation pratique	Vol.11, no 1, p.24-28	2003			
		La diète méditerranéenne de l'île de Crète	Vol.11, no 2-3, p.29-31	2004		X	
	Attitude	Symptômes de la paix intérieure	Vol.11, no 2-3, p.17	2004			
	Énergie et douleur	Que la lumière soit ! [article sur la luminothérapie]	Vol.12, no 1, p.16-18	2004		X	
		Le bain neutre : faire d'une pierre, quelques coups [calme, apaise, allège les douleurs]	Vol.12, no 1, p.12-14	2004		X	
		Au fil de l'eau [témoignage sur le bain neutre]	Vol.12, no 1, p.15-16	2004			
	Environnement	Les p'tites bibittes... [contrôler les acariens]	Vol.11, no 2-3, p.17-19	2004			
		Nettoyer sans polluer notre environnement	Vol.11, no 2-3, p.20-21	2004			
		Peinturer et rénover sans polluer	Vol.11, no 2-3, p.21	2004			
		Bonne nouvelle, côté pesticides	Vol.11, no 2-3, p.22	2004			
	Exercice	L'exercice physique pour les PAEM – Selon le protocole de Carruthers <i>et al.</i> [recommandations]	Vol.12, no 1, p.9-11	2004	X	X	
		Le Yoga... très approprié pour les PAEM	Vol.12, no 1, p.11	2004	X	X	
	Sommeil	Bienfaisant sommeil... !?!	Vo.12, no 2, p.10-11	2005	X	X	
		Hygiène du sommeil : pour s'aider en douceur	Vo.12, no 2, p.11-12	2005		X	
Reconnais- sance des handicaps et de l'invalidité	Droits	Faire respecter ses droits...pas demander la charité	Vol.12, no 3-4, p.16	2005			
	Expertises	Les demandes d'expertise auprès de psychiatres et psychologues [Me Michel Gilbert]	Vol.11, no 2-3, p.28	2004		X	
	Jugements	La Cour suprême se prononce sur le syndrome de la douleur chronique [Me Bureau, Me Gilbert]	Vol.11, no 1, p.18-19	2003		X	
		Victoire d'une PAEM contre HONDA [article de Me Bureau et Me Gilbert ; condamnation de Honda à des dommages punitifs]	Vol.12, no 3-4, p.15	2005			
	Médecin	Un médecin se tient debout	Vol.12, no 1, p.19	2004		X	
		Faire avancer son médecin	Vol.12, no 3-4, p.10	2005		X	
	RRQ	L'EM/SFC et la rente d'invalidité de la RRQ	Vol.11, no 2-3, p.24-27	2004		X	
Transports	De la compagnie gratuite dans les transports en commun [pour qui a besoin d'être accompagné]	Vol.11, no 2-3, p.22-23	2004				
Ressources	Pour PAEM et professionnels	Comment se procurer le Protocole de diagnostic et de traitement (consensus canadien)	Vol.11, no 1, p.14	2003		X	
	Pour aidants	Aide pour les aidants [Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal]	Vol.11, no 1, p.10	2003		X	

Thème	Titre de l'article [et précisions sur le sujet ou sur l'auteur]		Référence	Année	Prot./ Cons.	Pour méd.	
Vivre avec l'EM/SFC	Adversité et difficultés	La dopamine dans les talons [poème]	Vol.11, no 2-3, p.3	2004			
		Derrière la maladie...	Vol.12, no 1, p.4	2004			
		Y'a des monstres [poème]	Vol.12, no 1, p.5	2004			
		Troubles cognitifs – Vous connaissez ?!	Vol.11, no 1, p.6-8	2003		X	
	Courage, détermination, persévérance	Un exemple de détermination... qui a fait parler de nous, les PAEM [article, repris de <i>The Gazette</i>]	Vol.11, no 1, p.3-5	2003			
		Mon retour progressif à la vie... et au travail	Vol.12, no 3-4, p.5-8	2005		X	
		Faire avancer son médecin	Vol.12, no 3-4, p.10	2005		X	
	Entraide	Éloge de mon groupe d'entraide	Vol.12, no 1, p.3	2004		X	
		À Montréal, avec ou sans groupe d'entraide	Vol.12, no 3-4, p.3-4	2005			
	Loisirs	Pour le plaisir de lire – 10 coups de cœur	Vol.12, no 3-4, p.8-9	2005			
	Témoignages	Séjours de type retraite	Ô temps, suspends ton vol	Vol.11, no 2-3, p.4	2004		
			Sage ermitage	Vo.12, no 2, p.3	2005		
	Soutien	Hommage – Aux personnes qui, de près ou de loin, nous aident à affronter la dictature de l'EM/SFC [extrait d'un roman de Dany Laferrière]		Vol.11, no 1, p.8	2003		
Victoires	Mon alimentation pratique [réussir à changer ses habitudes alimentaires]	Vol.11, no 1, p.24-28	2003		X		
	Gagner contre son assureur	Vo.12, no 2, p.4	2005		X		
	Mon retour progressif à la vie... et au travail	Vol.12, no 3-4, p.5-8	2005		X		
Vie de nos proches	Confidences d'octobre [échos de l'atelier pour les proches, colloque de l'AQEM, octobre 2004]		Vo.12, no 2, p.5-6	2005		X	
Réflexions	Adversité	Juste ou injuste ? [extrait d'un livre de R. Jasmin]	Vol.11, no 1, p.5	2003			
	Attitude	Transformer l'adversité en...[le fermier et son âne]	Vol.11, no 1, p.5	2003			
		Symptômes de la paix intérieure	Vol.11, no 2-3, p.17	2004			
	Exclusion	Chiots à vendre	Vol.11, no 2-3, p.7	2004			
	Organisation	Planification du temps	Vol.11, no 2-3, p.8	2004			
Trucs	Alimentation	Mon alimentation pratique	Vol.11, no 1, p.24-28	2003			
	Anesthésie	Intervention sans peine	Vol.12, no 1, p.7	2004		X	
	Douleurs	Au goût du soir [trucs pour soulager ses talons]	Vol.11, no 2-3, p.6	2004			
	Humeur	La boîte aux trésors	Vol.11, no 2-3, p.5	2004			
	Problèmes cognitifs	S'incliner pour mieux penser	Vol.11, no 2-3, p.6	2004		X	
Un coup de pouce... au téléphone		Vol.11, no 2-3, p.7	2004				
Pour réactiver mes neurones !		Vo.12, no 2, p.7-9	2005		X		
Économies	Des trucs pour lire <i>Le Ruban bleu</i>		Vo.12, no 2, p.9	2005			
	Électricité	Énergie... énergie !	Vol.11, no 1, p.14-16	2003			
	Loyer	Recherche coloc [passez une petite annonce]	Vol.11, no 1, p.16	2003			
	Téléphone	Économiser sur les frais d'interurbain	Vol.12, no 3-4, p.12	2005			
Transports	De la compagnie gratuite dans les transports en commun [pour qui a besoin d'être accompagné]		Vol.11, no 2-3, p.22-23	2004			
Nouvelles diverses	AQEM	Un plein d'énergie ! [compte rendu du colloque]	Vo.12, no 2, p.13-16	2005			
		Confidences d'octobre [atelier pour les proches]	Vo.12, no 2, p.5-6	2005			
		À Montréal, le 23 octobre [réunion préliminaire à l'implantation de groupes d'entraide dans régions]	Vol.12, no 3-4, p.4	2005			
		Abonnement au <i>Ruban bleu</i> pour salle d'attente	Vol.12, no 3-4, p.4	2005		X	
De l'AQEM et sa Fondation	Fondation	Notre fondation entre en action	Vol.12, no 3-4, p.13-14	2005		X	
	Québec	Retrait des Lignes directrices du Collège des médecins sur la fibromyalgie	Vol.12, no 3-4, p.11	2005	X	X	
De l'extérieur	Canada	Consensus sur la fibromyalgie	Vol.11, no 2-3, p.9	2004		X	
	Canada	Hommage rendu à Lydia Neilson	Vol.12, no 3-4, p.10	2005			
	Europe	Les PAEM d'Angleterre manifestent	Vol.11, no 2-3, p.9	2004			
Échos de la Belgique		Vol.12, no 3-4, p.12	2005				