

# COMMENT POUVEZ-VOUS NOUS AIDER ?

- Choisissez des produits sans fragrances.
- Plaider en faveur de politiques sans fragrances au travail, à l'école et dans les établissements de soins de santé.
- Soutenir l'accessibilité des logements et des services pour les personnes atteintes de SCM.

Pour en savoir plus. Visitez le site <https://aseq-ehaq.ca> pour trouver des ressources, des histoires et des moyens d'agir.



Ensemble, nous  
pouvons bâtir des  
environnements plus  
sains et plus inclusifs.



[HTTPS://ASEQ-EHAQ.CA](https://aseq-ehaq.ca)



L'ASSOCIATION POUR LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE DU QUÉBEC |  
ENVIRONMENTAL HEALTH ASSOCIATION OF QUEBEC

Canada

Financé en partie par le Programme de partenariats pour le développement social - Volet personnes handicapées

# Qu'est-ce que la SCM ?

**La sensibilité chimique multiple  
(SCM)**

*Un handicap débilisant dont la  
prévalence augmente au Canada*



L'ASSOCIATION POUR LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE DU QUÉBEC |  
ENVIRONMENTAL HEALTH ASSOCIATION OF QUEBEC

[HTTPS://ASEQ-EHAQ.CA](https://aseq-ehaq.ca)

# QU'EST-CE QUE LA SENSIBILITÉ CHIMIQUE MULTIPLE (SCM) ?

---

La SCM est une condition chronique dans laquelle même de faibles expositions à des produits chimiques courants déclenchent des symptômes qui affectent plusieurs systèmes du corps. Ces substances chimiques se trouvent souvent dans :

- Les parfums et produits parfumés
- Les produits de nettoyage et les détergents
- Les pesticides
- Les matériaux de construction
- La fumée et les gaz d'échappement

La SCM est reconnue comme une condition médicale et un handicap dans plusieurs pays, y compris au Canada.

Au Canada, plus de 1,13 million de personnes ont reçu un diagnostic médical de SCM (Statistique Canada, 2020).

# QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE LA SCM ?

---

**Les symptômes varient considérablement d'un individu à l'autre et peuvent inclure**

- Maux de tête ou migraines
- Difficultés respiratoires ou symptômes similaires à ceux de l'asthme
- Fatigue et brouillard cérébral
- Vertiges et nausées
- Irritation de la peau et éruptions cutanées
- Douleurs musculaires et articulaires

Les symptômes apparaissent souvent quelques minutes ou quelques heures après l'exposition et peuvent durer plusieurs jours.

# VIVRE AVEC LA SCM

---

**Les personnes atteintes de SCM doivent souvent éviter les espaces publics, les lieux de travail ou même leur propre maison en raison de l'exposition aux produits chimiques. Cela peut conduire à :**

- L'isolement social
- Défis en matière d'emploi
- Obstacles aux soins de santé, à l'éducation et aux services
- Insécurité du logement

**L'accessibilité des environnements est essentielle pour que les personnes atteintes de SCM puissent participer pleinement à la société.**

