

Concernant la prise de votre traitement :

- Ne pas couper, croquer ou écraser les comprimés, ne pas ouvrir les gélules.
- Se laver les mains avant et après chaque manipulation.
- Ne pas laisser à la vue et la portée des enfants.
- Eviter la manipulation des comprimés par les femmes enceintes et allaitantes.



- Conserver le médicament dans son emballage d'origine en respectant la température de conservation.

- Ne pas jeter les emballages entamés ni les comprimés inutilisés à la poubelle. Il faut les rapporter à votre pharmacien.



- Respecter les modalités d'administration (heure de prise, posologie..).
- En cas d'oubli ne pas prendre la dose manquée. Prendre la dose suivante à l'heure habituelle.
- En cas de vomissements, ne pas prendre une nouvelle dose. Attendre la prochaine prise.
- Si vous avez pris par mégarde trop de comprimés, contacter rapidement votre médecin.

Ce document vous a été remis par :



HAD Vendée
Boulevard Stéphane Moreau
85925 La Roche-sur-yon
Tél: 02 51 24 14 45
Fax: 02 51 24 14 57
contact@hadvendee.com
www.hadvendee.com

Bien gérer les effets
secondaires d'un traitement
anticancéreux par voie orale

Conseils
hygiéno-diététiques
et précautions de
manipulation





Les effets secondaires peuvent varier d'une personne à l'autre. Si ces effets sont importants ou si d'autres effets apparaissent, contactez votre médecin. Demandez conseil à votre pharmacien ou médecin avant de prendre tout nouveau médicament ou autre produit.

De manière générale, voici quelques conseils :

- Eviter la prise de tisanes, de préparations de phytothérapie et le jus de pamplemousse.
- Boire au moins 1.5 L par jour (eau, thé, bouillons, boissons gazeuses..) et varier l'alimentation.



- Eviter la consommation d'alcool et de tabac.
- Pratiquer une activité physique régulière (marche...)



Constipation

- Privilégier les aliments riches en fibres (pruneaux, fruits frais et légumes verts...)



Diarrhée

- Eviter le café, les boissons glacées, le lait, les céréales, le pain complet, les fruits et légumes crus.
- Privilégier les féculents (riz, pâtes...), carottes cuites et bananes.

Nausées et vomissements, changement de goût

- Manger lentement et faire plusieurs petits repas légers
- Eviter les aliments frits, gras et épicés
- Boire lentement entre les repas des boissons légèrement fraîches ou à température ambiante



Inflammations de la bouche

- Utiliser une brosse à dents souple (type chirurgicale), un dentifrice doux, sans menthol et un bain de bouche sans alcool, si possible au bicarbonate de sodium.
- Privilégier une alimentation liquide, froide, dépourvue d'acidité (vinaigre, noix, gruyère, moutarde, épices)



Prise ou perte de poids

- Surveiller régulièrement son poids (une fois/semaine)
- Si perte d'appétit, prendre plusieurs petits repas et privilégier les aliments à fort pouvoir calorique



Œdème

- Surélever ses pieds en position assise
- Privilégier une alimentation à teneur faible en sel
- Eviter les vêtements serrés



Eruption cutanée

- Eviter de s'exposer au soleil et à la chaleur, appliquer une protection solaire écran total si exposition
- Se laver avec un savon doux
- Si vous utilisez du maquillage ou une crème de jour, choisir sans parfum, hypoallergénique et pour peau sensible
- Eviter les pansements adhésifs

Chute de cheveux, cils et sourcils

- Très fréquent lors des chimiothérapies, la chute débute 10 à 20 jours en moyenne après le début du traitement, cela est réversible à la fin de la cure.
- La repousse peut prendre plusieurs semaines. La texture et la couleur du cheveux peuvent changer aussi.

Syndrome main pied

- Se manifeste par sensations de picotements, d'engourdissements, de rougeurs au niveau des mains ou de la plante des pieds.
- Si ces symptômes apparaissent, prévenir son médecin, tremper les mains et les pieds dans l'eau fraîche et sécher sans frotter. Appliquer des crèmes hydratantes sur les parties concernées.
- Eviter le soleil et la chaleur, les vêtements et les chaussures trop serrés.
- Eviter les travaux et produits irritants, pour les mains.
- Utiliser un savon doux sans parfum



Troubles et affections oculaires

- Eviter la fumée, les environnements secs et la station prolongée face à un écran (ordinateur, télévision...)
- Porter des verres teintés si besoin
- Eviter la conduite de nuit et prudence à l'utilisation de véhicules ou machines

Céphalées, fatigue

- Surveiller sa tension
- Eviter le bruit, rester au repos



Bouffées de chaleur

- Eviter la caféine, le chocolat, les aliments chauds et épicés, le stress et la chaleur

Fièvre, toux, frissons

- Contacter rapidement son médecin, en cas de fièvre supérieure à 38°C ou de frissons.
- Tousser peut être le symptôme d'une infection ou d'une réaction pulmonaire au traitement, il faut consulter.
- Limiter les contacts avec les personnes ayant une infection contagieuse.



- Se laver les mains souvent.