

Vous, et votre anticancéreux oral (AKO)



Carnet d'information et de suivi du traitement

Mai 2024

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Tél. :

Nom et coordonnées (téléphone et/ou adresse mail) de votre médecin traitant :

.....

Nom et coordonnées de votre oncologue :

.....

Eventuellement, nom et contact d'une personne à prévenir :

.....

Nom de l'anticancéreux oral prescrit :

Motif de prescription :

Posologie initiale :

Date d'initiation du traitement :

Qu'est-ce qu'un anticancéreux oral (AKO) ?

Il s'agit de médicaments qui **détruisent les cellules cancéreuses ou qui bloquent leur multiplication**.

Ces médicaments sont sous forme **orale**, ou « *per os* », ce qui signifie qu'elles sont sous forme **de gélules, de comprimés ou de capsules à avaler**.

Ainsi, cela vous évite de vous déplacer à l'hôpital ou en établissement de santé : vous êtes donc **autonome** en ce qui concerne la prise de vos médicaments.

Vous pouvez trouver les informations utiles en lien avec votre anticancéreux oral sur le site de l'omédit Pays de la Loire.

Fiches médicaments



Anticancéreux par voie orale

<https://www.omedit-paysdelaloire.fr/bon-usage-des-produits-de-sante/cancer/fiches-medicaments-anticancereux-oraux/>

VRAI OU FAUX ?

50% des patients ne prennent pas convenablement leur traitement O VRAI O FAUX

Les chimiothérapies sont des médicaments administrés à l'hôpital O VRAI O FAUX

Les anticancéreux oraux ne provoquent pas d'effets indésirables O VRAI O FAUX

Les anticancéreux oraux sont moins efficaces que les chimiothérapies administrées par les veines O VRAI O FAUX



Réponses

VRAI : Selon un rapport de 2003 de l'OMS, 50% des traitements prescrits dans le monde sont peu ou mal suivis par les patients. Et bien prendre son anticancéreux oral, c'est maximiser les chances de contrôler la maladie.

VRAI et FAUX : Les chimiothérapies sont un type de traitement utilisé pour traiter le cancer. Certaines chimiothérapies doivent être administrées par les veines, et nécessitent l'intervention d'une équipe médicale complète. Mais dans le cas des anticancéreux oraux, ils se prennent à la maison.

FAUX : Comme tout médicament, les anticancéreux oraux peuvent provoquer des effets secondaires. D'autres médicaments peuvent vous être prescrits pour éviter ou maîtriser ces effets secondaires.

FAUX : Les traitements qui vous sont proposés par l'équipe médicale sont les médicaments qui sont les plus appropriés pour vous au regard de la maladie et de la situation.

Effets indésirables et surveillance

Comme tout traitement, les anticancéreux oraux peuvent générer des **effets indésirables**. Ceci explique la nécessité de la mise en place d'une surveillance par le biais de rendez-vous, de prises de sang ou d'examens complémentaires. Cette surveillance a pour but d'évaluer votre **tolérance** au traitement, ainsi que son **efficacité**. Le traitement ne doit pas être interrompu sans avis médical.

C'est l'occasion de rapporter à votre **médecin** ou aux **infirmières de coordination** les potentielles répercussions physiques du traitement, mais aussi psychologiques, sociales, sexuelles...

Les effets indésirables les plus fréquents sont :

- **Digestifs** (nausées, vomissements, diarrhées)

Si des nausées surviennent, il est conseillé de **fractionner** vos repas, d'éviter les aliments irritants (café, piment...), trop gras, trop chauds.

En cas de diarrhées, **privilégiez les aliments pauvres en fibres** (féculents, bananes, carottes), et **buvez de l'eau** de façon abondante.

- **Cutanés** (sécheresse de la peau, syndrome main pied, coup de soleil)

Appliquez **une crème hydratante**, portez une attention particulière à vos mains et vos pieds. Adoptez une protection solaire en extérieur.

- **Hématologiques** (bilan sanguin perturbé)

Les médicaments peuvent altérer le nombre de vos globules blancs, ce qui peut vous rendre plus sensible aux infections. Le **port du masque** est recommandé dans les endroits fréquentés.

- **Fatigue**

Alternez les périodes d'activités et de repos, **exercez une activité physique adaptée**.

Des **médicaments** peuvent vous être prescrits en plus de ces mesures..

Que feriez-vous ?

Vous êtes traités depuis quelques mois maintenant par un anticancéreux oral.

Vous prenez d'ordinaire votre médicament à ____ h. Vous vous rendez compte 5h plus tard que vous avez oublié votre traitement.

1. Comment réagissez-vous ?

- A. Vous le prenez dès que possible.
- B. Vous ne prenez rien, et vous prenez votre prochaine prise comme à l'ordinaire.
- C. Vous ne prenez rien sur l'instant, mais vous prenez le double de la dose à la prochaine prise.

2. Au bout de quelques mois de traitement, vous vous sentez fatigué. Un voisin vous conseille de prendre une gélule à base de plantes, qui aide à lutter contre la fatigue.

- A. Vous le remerciez et vous renseignez pour obtenir cette gélule.
- B. Vous préférez faire une cure de pamplemousse puisque c'est un fruit qui contient beaucoup de vitamines.
- C. Vous n'êtes pas convaincu par l'efficacité des traitements alternatifs.



3. Vous vous renseignez sur la gélule contre la fatigue conseillée par votre voisin.

- A. Vous trouvez la gélule en question sur internet et vous l'achetez aussitôt.
- B. Vous achetez la gélule en pharmacie.
- C. Vous demandez conseil à votre pharmacien d'officine au préalable, en signalant que vous êtes sous anticancéreux oral.

Réponses correctes : 1.B, 2.A ou C, 3.C.

En cas d'oubli

La conduite à tenir peut varier en fonction de votre médicament. En l'absence d'instructions contraires, il **ne faut pas reprendre la prise manquée**, et poursuivre lors de la prochaine prise, **sans doubler les quantités**.

De même, si vous vomissez juste après avoir pris votre médicament, **notez l'incident sur votre carnet de suivi, attendez la prise suivante et ne doublez pas les quantités**.

Prendre correctement son anticancéreux oral

- **Modalités de prise**

La dose vous est prescrite par votre **oncologue**, en milligrammes, selon votre situation clinique, et selon votre maladie.

Certains médicaments se prennent *à jeun* (sans avoir mangé au préalable), et d'autres se prennent avant, après ou pendant le repas. Il est important de **respecter les heures recommandées** afin d'optimiser l'absorption des médicaments en fonction de la prise alimentaire.



Le médicament se prend à **heures fixes**, et toujours dans **les mêmes conditions** d'un jour sur l'autre.

- **Précautions de manipulation**

Le médicament est **protégé par son emballage**, il faut laisser le blister (l'emballage plastique) jusqu'au **dernier moment**. Si vous utilisez un pilulier, l'emballage peut être découpé autour du comprimé. Il est recommandé de se laver les mains à l'eau et au savon **après la prise du médicament**.

Bien que les anticancéreux oraux constituent un traitement utilisable à la maison, ce sont des médicaments qui peuvent devenir toxiques s'ils sont mal utilisés.

Prendre ces précautions de manipulation permet de ne pas contaminer votre environnement et protège votre entourage.

- **Puis-je écraser mes comprimés/ouvrir mes gélules ?**

Sauf mention contraire, les anticancéreux oraux **ne doivent pas** être écrasés, coupés, et les gélules **ne doivent pas être ouvertes**.

- **Interactions**

Le **pamplemousse** est proscrit, car il interagit avec les anticancéreux oraux , soit en les empêchant d’agir, soit en augmentant la probabilité de survenue des effets indésirables.



Il est important d’informer votre pharmacien de la **totalité des médicaments que vous prenez**, afin qu’il puisse correctement analyser vos prescriptions et éviter de potentielles interactions.

Enfin, si vous ressentez le besoin de prendre un complément alimentaire, notamment à base de plantes, il **faut informer un professionnel de santé**, afin qu’il évalue la compatibilité du complément alimentaire souhaité.

Témoignages

« Ma grande peur était d’oublier mes cachets. Je n’ai jamais été très forte pour suivre un traitement à la lettre. Avant mon cancer, je faisais des cures de compléments alimentaires, et il était fréquent que je saute plusieurs jours. Je n’avais pas vraiment une vie routinière. Je n’étais pas chez moi toute la journée, je ne mangeais pas tous les jours à la même heure non plus... Ma solution a été de mettre des plaquettes de médicaments partout dans mes sacs, comme ça, j’en avais toujours sous la main ! »

Emilie, traitée par anticancéreux oral pour plus de 6 mois

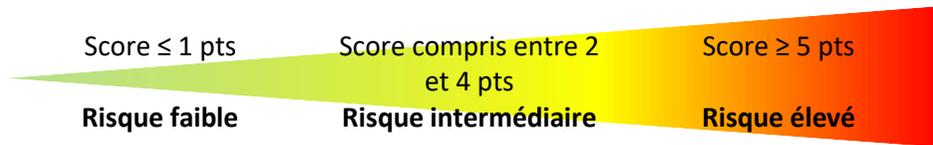
« Au début, les effets secondaires étaient difficiles à gérer. Je craignais qu'ils ne m'empêchent de bien suivre mon traitement, mais j'ai appris à pallier les effets cutanés en m'appliquant de la crème tous les jours, même quand ma peau semble aller mieux, et à lutter contre la fatigue grâce au sport. »

Amélie, traitée par thérapie orale depuis 4 ans

Suis-je à risque de mal prendre mon traitement ?

	0 pt	1 pts	2 pts
Je suis :	Une femme	Un homme	
Nombre de comprimés contre le cancer que je prends par jour	1	2	3 et plus
J'ai principalement des idées optimistes	Oui	Non	
J'ai d'autres maladies pour lesquelles je prends un traitement	Non	Oui	Je ne sais pas
Nombre total de comprimés que je prends par jour	≤ 5	Entre 5 et 10	≥ 11
TOTAL			

Réponses



Si vous avez un score **élevé ou intermédiaire**, **pas de panique** ! Des techniques simples existent pour vous aider à **mieux prendre votre traitement**.

Votre **pharmacien** peut également vous aider à **identifier des solutions adaptées à vos problématiques** pour améliorer votre prise médicamenteuse.

Exemple :

Vous avez parfaitement intégré la prise de vos médicaments dans votre routine, mais lors de vos déplacements vous avez plus de difficultés à ne pas les oublier.



Comme Emilie, vous pouvez répartir des plaquettes de médicaments dans plusieurs de vos sacs, pour en avoir toujours sur vous.



