

## COMMENT PRENDRE MON TRAITEMENT ?



Votre traitement doit être pris en une prise unique, à la même heure, pendant ou en dehors du repas. Les comprimés doivent être avalés entiers avec un verre d'eau sans être mâchés ou écrasés.



## EN CAS D'OUBLI OU DE VOMISSEMENTS, QUE DOIS-JE FAIRE ?

- Ignorez la dose oubliée et prenez la dose suivante à l'heure habituelle
- Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oubliée.

## RECOMMANDATIONS GENERALES



Lors du traitement, il est fortement conseillé d'utiliser une protection solaire à haut indice UV.



Ce traitement ne peut être pris lors d'une grossesse ou de l'allaitement.



Ne pas laisser vos médicaments à la portée des enfants.



Ne jetez pas vos médicaments à la poubelle. Rapportez-les à votre pharmacien.



Le traitement peut entraîner des troubles sexuels. Parlez-en à votre médecin ou à l'équipe soignante.



La consommation d'alcool et de tabac est fortement déconseillée.



Il est déconseillé de manger ou boire du pamplemousse lors du traitement.



Nécessite une surveillance biologique.



Ce médicament est à conserver à une température <25°C.



Ce médicament est à conserver à l'abri de la lumière.



Utilisez une méthode de contraception efficace lors de votre traitement. En cas de doute, parlez-en à



Ce traitement peut interagir avec d'autres produits, plantes ou tisanes. Evitez



Lavez-vous les mains régulièrement, surtout avant chaque repas pour limiter les risques d'infections.

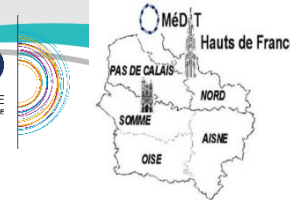


En cas de consultation médicale, de soins dentaires ou d'hospitalisation, pensez à préciser que vous êtes



Pensez à toujours emporter vos médicaments et vos ordonnances lors de vos voyages.

ONCO  
HAUTS-DE-FRANCE  
RESEAU REGIONAL DE CANCEROLOGIE



FICHE CONSEIL PATIENT

# EVEROLIMUS

Afinitor

Version 2016

Cette fiche a été délivrée par :

.....  
.....  
.....  
.....  
..

Pensez à noter les effets que vous ressentez pour en parler à votre médecin (effets ressentis, dates, moments..)

.....  
.....  
.....

Réseau Régional de Cancérologie ONCO Nord - Pas-de-Calais - www.onco-nord.fr - Septembre 2016

Version issue des travaux des professionnels de l'ex-Nord-Pas-de-Calais

Ce document ne peut se substituer à un avis médical.  
En cas de doute, demandez conseils à votre équipe soignante.

### Mucites / Aftes

*Se manifestent par des aftes ou des ulcérations sur la bouche ou sur les lèvres*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Evitez alcool/tabac
- Evitez les aliments trop chauds, épicés ou acides, les fruits secs, le gruylère, la moutarde
- Evitez les aliments trop sucrés (miel, confiture ...) ainsi que les fritures
- Préservez une bonne hygiène buccale, utilisez une brosse à dent souple

#### QUE FAIRE ?

- Des bains de bouche peuvent vous être prescrits
- Le froid soulage les aftes (glaçons, glaces, boissons rafraichissantes, etc.)



### Diarrhée

*Se manifeste par une élimination fréquente de selles molles ou liquides, au moins 3 épisodes par jour. Cela peut s'accompagner de douleurs abdominales.*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Limitez la consommation de boisson contenant de la caféine ou du guarana
- Evitez les fruits, les légumes crus, les laitages, les aliments gras et épicés
- Privilégiez une alimentation pauvre en fibres : riz blanc, pâtes, pommes de terre, semoule, carotte cuites, gelée de coing, pain blanc, biscottes.

#### QUE FAIRE ?

- Buvez 2 litres par jour mais en petite quantité : thé, eau, boissons gazeuses

### Syndrome main pied

*Se manifeste par l'apparition de rougeurs, d'engourdissements ou de fourmillements et un dessèchement de la peau allant jusqu'à l'apparition de crevasses.*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Evitez les bains et douches très chauds, les expositions au soleil.
- Evitez de porter des gants, des chaussettes et bijoux trop serrés.
- Avant de débiter le traitement, traitez tout épaississement de la paume des mains ou de la plante des pieds par des soins adaptés
- Portez des chaussures amples et confortables
  - Appliquez une crème hydratante au moins une fois par jour

#### QUE FAIRE ?

- Dans la mesure du possible, laissez les pieds et mains découverts.
- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez le signaler à votre médecin



### Sécheresse et Rash cutané

*Sécheresse de la peau se manifestant par des démangeaisons, des crevasses, la peau qui pèle, etc. Se manifeste par une éruption ressemblant à de l'acné au niveau du visage et/ou de la partie supérieure du corps qui apparaît 1 à 3 semaines après le début du traitement. Peut être associé à des démangeaisons ou rougeur et/ou sécheresse cutanée importante ainsi qu'à des fissures sur le bout des doigts et au niveau des talons*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Utilisez des produits sans savon pour la toilette
- Hydratez votre peau avec des crèmes émollientes
- Préférez un maquillage sans parfum, hypoallergénique, spécial peau sensible
- Evitez le rasage et l'épilation

#### QUE FAIRE ?

- En cas de persistance des signes évoqués plus haut, contactez immédiatement votre médecin

### Œdèmes périphériques

*Se manifestent par des gonflements, des tiraillements, des lourdeurs des membres, ...*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Evitez les vêtements trop serrés
- Maintenez une alimentation faible en sel
- Evitez le piétinement, les talons et les bains chauds

#### QUE FAIRE ?

- En cas d'apparition des signes évoqués, surélevez vos jambes et passez un jeu d'eau froide sur vos jambes. En parler au médecin ou au pharmacien qui pourra conseiller un traitement adapté.
- En cas de prise de poids, consultez votre médecin traitant



### Fatigue

#### COMMENT PREVENIR ?

- Privilégiez les activités qui vous font plaisir.
- Continuer vos activités quotidiennes tout en vous aménageant des pauses dans la journée
- Relaxe-vous autant que possible (sieste)

#### QUE FAIRE ?

- Demandez de l'aide si besoin à votre entourage, à l'assistante sociale, à votre mutuelle, à l'équipe soignante: des aides sont possibles.
- Si vous avez des troubles du sommeil, parlez-en à votre médecin traitant



### Neutropénie / Risque d'infection / Anémie

*Neutropénie : Les signes d'infection sont liés à la diminution du nombre de globules blancs dans le sang. Ils se manifestent par de la fièvre, des frissons, une toux, des maux de gorge, des brûlures urinaires. Anémie : Baisse du nombre de globules rouges dans le sang (du taux d'hémoglobine). Se manifeste par une fatigue, un essoufflement, une pâleur, une sensation de vertiges*

#### COMMENT PREVENIR ?

- Ayez une bonne hygiène corporelle
- Limitez le contact avec des personnes malades ou contagieuses
- Lavez-vous fréquemment les mains
- Désinfectez soigneusement toute plaie éventuelle

#### QUE FAIRE ?

- Contrôlez votre température si vous vous sentez fébrile et prévenez votre médecin traitant si votre température dépasse 38°C



### Troubles respiratoires

*Se manifestent par une difficulté à respirer, une toux sèche rebelle*

#### QUE FAIRE ?

- En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez le signaler rapidement à votre médecin qui procédera à un examen approfondi.

FREQUENTS



OCCASIONNELS