

Alimta®

(Pemetrexed)

## Troubles et effets indésirables

Voici quelques informations complémentaires susceptibles de diminuer votre inquiétude en cas d'apparition d'effets indésirables dus à l'**Alimta**®. Ces effets sont fréquents mais non systématiques, d'intensité inconstante et variable en fonction des personnes. Ils vous sont décrits par ordre chronologique de leur survenue possible.

**Ce document n'a aucune valeur contractuelle.**

### ✓ ATTEINTE DES CELLULES SANGUINES

#### ■ Diminution des globules blancs servant à la lutte contre les infections

Ne prenez pas tous les jours votre température. Prenez-la uniquement si vous vous sentez fiévreux, au niveau de l'aisselle\* et/ou de l'oreille (l'anus est à éviter en raison d'un risque de plaies et d'infections).

\* rajoutez 0,5°C au résultat obtenu

#### ▶ **Si votre température...**

est supérieure ou égale à 38,5° durant 2h et que cette fièvre est isolée ou associée :

- à des signes généraux (frissons, sueurs)
- à des signes récemment apparus (brûlures urinaires, douleurs abdominales, plaies, abcès dentaire)

**→ appelez SANS DÉLAI votre médecin traitant**

#### ■ Anémie diminution des globules rouges transportant l'oxygène aux tissus

Cela peut se manifester par :

- un essoufflement à l'effort et/ou au repos
- une majoration de la fatigue
- des bourdonnements d'oreilles

#### ▶ **Si ces symptômes apparaissent :**

**→ appelez votre médecin traitant**

#### ■ Diminution des plaquettes favorisant les saignements

Exemples :

- les saignements de nez sont fréquents mais non alarmants
- les saignements des gencives sont aussi fréquents

#### Nos conseils

✦ **Utilisez une brosse à dents à poils souples**

#### ▶ **Si vous constatez...**

l'apparition de façon spontanée :

- de bleus
- de petits points rouges essentiellement au niveau des jambes.

**→ appelez SANS DÉLAI votre médecin traitant**

**⚠ Si vous devez bénéficier de soins dentaires, informez votre praticien. Ne prenez ni aspirine, ni anti-inflammatoire sans avis médical. Les injections intra musculaires sont fortement déconseillées.**

### ✓ FATIGUE

Il est normal qu'à la suite de ce traitement, vous éprouviez une sensation de fatigue plus ou moins importante. Cela peut varier entre deux cycles et s'accumuler au fil des traitements.

Il peut y avoir plusieurs causes :

- la maladie
  - la conséquence du traitement et ses effets secondaires
  - l'infection
  - la douleur
  - l'état psychologique dans lequel vous vous trouvez
- La fatigue se définit comme une sensation désagréable accompagnée :
- de difficultés à effectuer des efforts intellectuels ou physiques
  - de difficultés à effectuer de simples activités (préparer des repas, monter les escaliers, faire le ménage)
  - de changements d'humeur
  - de périodes d'irritabilité

#### Nos conseils

- donnez-vous des priorités
- faites-vous plaisir
- prévoyez des temps de repos
- sachez déléguer certaines tâches à l'entourage ou aux professionnels d'aide à domicile
- si vous pratiquez une activité physique, essayez de la maintenir

**▶ Si toutefois, cette fatigue devient trop invalidante :**

**→ informez-en votre médecin traitant**

*Pensez à noter les différents effets secondaires rencontrés pour en parler à votre oncologue lors de votre prochaine consultation*

## ✓ ATTEINTE CUTANÉE

Elle peut se présenter sous deux formes :

→ 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. Elle peut être associée à des démangeaisons ou des rougeurs et/ou une sécheresse cutanée importante.

→ de fissures sur le bout des doigts et au niveau des talons

### Nos conseils

- lavez vous avec des produits sans savon.
- hydratez bien votre peau, pieds compris, en utilisant une crème émolliente.
- préférez un maquillage sans parfum, couvrant, hypoallergénique, spécial peau sensible.
- évitez le rasage et l'épilation.
- évitez l'exposition au soleil (protégez vous avec un écran total indice 50 indispensable, pensez au chapeau et aux lunettes)

- ▶ **Si les signes persistent :**  
→ **prenez conseil auprès de l'équipe soignante.**

## ✓ ATTEINTE DE MUQUEUSE : MUCITE

Elle correspond surtout à une agression de la muqueuse buccale, voire de tout le tube digestif (jusqu'à l'anus) et se présente sous forme d'aphtes ou d'irritation des muqueuses.

Elle est responsable de douleurs et peut gêner l'alimentation. Elle atteint rarement la sphère génitale.

### Nos conseils

#### ◆ Évitez :

- les plats trop chauds
- les plats trop froids
- les plats trop salés
- les plats trop sucrés
- les plats acides et épicés
- les aliments favorisant les aphtes (noix, gruyère, peau des fruits...)

Les soins sont locaux : les bains de bouche prescrits sont essentiels et doivent être répétés plusieurs fois par jour à distance des repas.

- ▶ **Si ces aphtes vous empêchent de vous alimenter :**  
→ **appelez votre médecin traitant**

## ✓ DIARRHÉE

Ce symptôme se caractérise par une élimination fréquente de selles molles ou liquides, de plus de 3 épisodes par jour. Il peut s'accompagner de douleurs abdominales de type coliques.

→ Vous serez peut-être amené à adapter votre régime alimentaire en fonction du transit intestinal.

- ▶ **Si le symptôme persiste :**  
→ **appelez votre médecin traitant**

### Nos conseils

- ◆ **Privilégiez les aliments pauvres en fibres**
- ◆ **Buvez fréquemment des boissons non gazeuses (2 l d'eau/jour)**
- ◆ **Multipliez les petits repas dans la journée**
- ◆ **Évitez :**
  - les excitants (café)
  - les aliments épicés
  - les sauces et les fritures
  - les légumes crus
  - les fruits crus et jus de fruits avec pulpe
  - les légumes à fibres (poireaux, choux, oignons, salsifis, céleri)
  - les graines (lentilles, haricots secs, pois cassés, fèves)
  - le pain complet
  - les boissons gazeuses
  - le lait et les laitages (yaourts, petits suisses, fromage blanc...)
  - les fromages fermentés (camembert, brie, roquefort...)
- ◆ **Introduisez dans votre alimentation progressivement des aliments pauvres en fibres :**
  - riz
  - pommes de terre
  - pâtes
  - semoule
  - carottes
  - bananes
  - gelée de coing
  - pain blanc et biscottes

## ✓ AUTRE EFFET SECONDAIRE

**L'exposition au soleil est fortement déconseillée**

### Notre conseil

→ écran total indice 50 indispensable

- ▶ **Si d'autres réactions apparaissent :**  
→ **appelez votre médecin traitant**



*Pensez à noter les différents effets secondaires rencontrés pour en parler à votre oncologue lors de votre prochaine consultation*