

# Exémestane

Aromasin®

Traitement d'**hormonothérapie** contre le cancer en comprimés

## Comprendre votre traitement

Qu'est-ce que l'hormonothérapie ?

L'hormonothérapie ralentit la croissance de certains cancers qui utilisent les hormones naturelles, comme l'œstrogène, la progestérone et la testostérone, pour se développer. L'hormonothérapie empêche les cellules cancéreuses d'utiliser ces hormones dont elles ont besoin pour se développer, ou empêche le corps de fabriquer l'hormone qui provoque la croissance du cancer.

L'hormonothérapie peut être utilisée seule ou en combinaison avec d'autres traitements, comme les thérapies ciblées.

Comment l'hormonothérapie peut-elle vous aider ?

Selon votre type de cancer et son stade d'évolution, l'hormonothérapie peut être utilisée pour :

- **Détruire** les cellules cancéreuses
- **Arrêter** la propagation des cellules cancéreuses
- **Ralentir** la croissance des cellules cancéreuses

Comment allez-vous vous sentir ?

L'hormonothérapie modifie le taux d'hormones dans votre corps. Les effets indésirables associés à cette diminution d'hormones peuvent survenir n'importe quand durant votre traitement.

Ce n'est pas tout le monde qui ressent des effets indésirables et chaque personne réagit différemment. Les effets indésirables et leur gravité ne sont pas un signe que l'hormonothérapie fonctionne ou ne fonctionne pas.

Ce document contient les effets indésirables les plus souvent constatés avec votre traitement.

Médicament

**Exémestane**

Comprimés à avaler

Horaire d'administration

Prendre 1 fois par jour

Prendre avec de la nourriture

**Prendre en continu**



- Une **prise de sang** sera faite durant votre traitement. Selon le résultat de la prise de sang ou selon les effets indésirables survenus, le traitement pourra être interrompu si nécessaire.
- Des examens pourront être effectués afin de vérifier l'état de vos **os**. L'exémestane pourrait augmenter le risque d'ostéoporose et de fractures. Il se peut que de la vitamine D et du calcium vous soient prescrits afin de maintenir la qualité de vos os durant votre traitement. Il est important que vous consommiez des aliments riches en calcium (yogourt, fromage, laits, etc.).

## Comment prendre votre médicament ?

- Prenez vos comprimés d'exémestane tel que prescrits 1 fois par jour à la même heure à chaque jour avec de la nourriture.
- Les comprimés doivent être avalés entiers. Ne pas croquer, couper ou écraser les comprimés.
- **Si vous oubliez une dose**, vous pouvez la reprendre dès que vous y pensez mais ne doublez pas votre prochaine dose. Cependant, essayez de prendre vos comprimés le plus régulièrement possible, à la même heure à chaque jour et de la même façon (c'est-à-dire avec de la nourriture).

## Comment manipuler et conserver vos médicaments ?



- Lavez vos mains immédiatement après avoir manipulé vos comprimés.
- Conservez vos comprimés loin de la portée des enfants et des animaux. Gardez-les à la température de la pièce, à l'abri de la chaleur, de la lumière et de l'humidité. Évitez de les conserver dans la salle de bain.
- Ne jetez pas à la maison le médicament non utilisé. Apportez-le à votre pharmacie pour qu'il soit détruit sans danger. Vous pouvez jeter les contenants vides dans une poubelle.
- Les femmes enceintes ou qui veulent le devenir ne doivent pas toucher les comprimés d'exémestane. Si l'une de ces personnes vous aide, elle doit utiliser des gants jetables pour toucher aux médicaments. Vous trouverez des gants jetables à votre pharmacie.
- Gardez les médicaments dans leur contenant d'origine. Ne les mélangez pas avec d'autres médicaments. Le contenant ne doit jamais être réutilisé pour mettre d'autres objets ou de la nourriture.

## Comment ce traitement peut-il affecter la vie de tous les jours ?

### Fatigue et alcool



- De la **fatigue** peut survenir durant vos traitements. Ceci est habituellement temporaire et peut être relié à plusieurs facteurs (médication, stress, maladie). Gardez un bon niveau d'activité mais reposez-vous lorsque vous en sentez le besoin.
- La consommation d'**alcool** (en petite quantité) est **considérée sécuritaire** et n'affectera pas l'efficacité du traitement.

## Vie sexuelle et contraception



- Une **vie sexuelle** active n'est pas interdite durant vos traitements. Cependant, une diminution du désir peut survenir de façon temporaire durant cette période. Cela peut être influencé par plusieurs facteurs (fatigue, stress, etc.).
- Il est sécuritaire de s'embrasser, de se toucher, de se tenir la main, de dormir dans le même lit et de se coller.
- **Chez la femme**, un moyen de contraception est habituellement non nécessaire compte tenu que ce traitement est habituellement administré chez des femmes ménopausées. Cependant, la prise de ce médicament peut être nocive pour le fœtus en cas de grossesse.
- **Chez l'homme**, le traitement peut affecter le sperme et ainsi le rendre dangereux pour l'embryon.
  - Si vous avez des relations sexuelles avec une femme en âge de procréer, on recommande fortement d'utiliser un moyen de contraception pendant le traitement.
  - Avisez votre médecin immédiatement si vous avez des relations sexuelles non protégées et que votre partenaire est enceinte.

## Conseils et médicaments à éviter



- L'exémestane diminue le taux d'**œstrogènes** dans votre sang. Évitez de prendre des produits à base d'hormones pour traiter les symptômes de la ménopause (bouffées de chaleur, sécheresse vaginale, etc.). Certains produits naturels peuvent aussi contenir des ingrédients qui agissent comme des hormones même s'ils n'en contiennent pas. Parlez de ces produits à votre pharmacien qui pourra vérifier si vous pouvez les consommer.
- **Médicaments sans prescription, produits de santé naturels et vaccins**  
Consultez votre équipe traitante :
  - si vous avez l'intention de consommer d'autres médicaments (prescrits ou sans prescription), des produits de santé naturels.
  - si vous devez recevoir un vaccin.Cela pourrait diminuer l'efficacité de votre traitement ou en augmenter les effets indésirables.
- **Avoir toujours la liste complète de vos médicaments**  
Assurez-vous d'avoir toujours en main la liste complète de vos médicaments et suppléments alimentaires, vitamines, et autres produits de santé naturels. Remettez-en une copie à votre médecin et à votre pharmacien. Il est important de leur indiquer tout changement.



## Quels sont les effets indésirables associés à votre traitement ?

Le présent feuillet d'information a pour objectif de vous faire connaître les effets indésirables les plus souvent constatés à la suite de l'administration de votre traitement. Veuillez toutefois noter que pour toute prise de médicaments, il existe une possibilité que ceux-ci provoquent des effets indésirables rares et qu'il nous est difficile de prévoir quels patients en seront affectés.

### EFFETS INDÉSIRABLES

### MESURES À PRENDRE

---

#### **Bouffées de chaleur**

Des bouffées de chaleur peuvent se produire. Ces effets sont variables et peuvent s'atténuer avec le temps.

- Prenez votre médicament au coucher.
- Cependant, si les bouffées de chaleur nuisent à votre sommeil, prenez votre médicament le matin. N'oubliez pas de consulter votre pharmacien avant de prendre des produits naturels. Certains pourraient nuire à l'efficacité de votre traitement.
- Si ces symptômes persistent ou vous incommode, parlez-en à votre équipe qui pourra vous conseiller d'autres mesures à prendre.

---

#### **Douleurs aux muscles, aux os et aux articulations**

Des douleurs aux muscles, aux os et aux articulations ainsi que des crampes peuvent survenir durant votre traitement.

- Si cela se produit, parlez-en à un membre de l'équipe qui pourra alors vous conseiller un médicament contre la douleur.

---

#### **Sécheresse vaginale**

Des démangeaisons et une sécheresse vaginale sont possibles.

- Si ceci vous incommode, parlez-en à un membre de votre équipe de soins qui pourra vous suggérer certaines crèmes.

---

#### **Maux de cœur**

Rarement, de légers maux de cœur peuvent survenir.

- Communiquez avec un membre de l'équipe si vous avez des maux de cœur qui vous dérangent.

---

#### **Perte de cheveux**

Habituellement, **aucune** perte de cheveux ne se produit avec ce traitement.

- Utilisez un shampoing doux.
- Afin de ne pas accélérer la perte des cheveux, évitez de les brosser vigoureusement.
- Évitez les fixatifs, teintures et permanentes.

Cependant, selon les personnes, un **éclaircissement des cheveux** plus ou moins important peut se produire. Cependant, rassurez-vous, les cheveux repousseront à la fin des traitements.

**EFFETS INDÉSIRABLES RARES POUVANT ÊTRE SÉVÈRES OU SÉRIEUX**

**Si les effets indésirables suivants se produisent, cessez le traitement et avisez immédiatement un membre de l'équipe ou présentez-vous immédiatement à l'urgence :**

- Douleur accompagnée de chaleur et de rougeur aux mollets ou aux jambes et difficulté soudaine à respirer

PHARMACIEN : \_\_\_\_\_

TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_

ENTRE \_\_\_\_H\_\_\_\_ ET \_\_\_\_H\_\_\_\_ (DU LUNDI AU VENDREDI)

Ce feuillet d'information a été préparé par un sous-comité du Comité national de l'évolution de la pratique des soins pharmaceutiques du Programme québécois de cancérologie du ministère de la Santé et des Services sociaux, en concertation avec le Comité de l'évolution de la pratique en oncologie de l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux.

RÉDACTION FÉVRIER 2009 | RÉVISION NOVEMBRE 2019