

Évérolimus-Exémestane

Afinitor®-Aromasin®

L'évérolimus est un traitement de **thérapie ciblée** contre le cancer en comprimés
L'exémestane est un traitement d'**hormonothérapie** contre le cancer en comprimés

Comprendre votre traitement

Qu'est-ce que la
thérapie ciblée ?

Cette thérapie cible des molécules spécifiques situées à l'intérieur ou à la surface des cellules cancéreuses. En ciblant les cellules cancéreuses, ces médicaments limitent les dommages causés aux cellules en santé. Ce type de traitement peut être utilisé seul ou en combinaison avec d'autres traitements, comme la chimiothérapie ou l'hormonothérapie.

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 votre
traitement peut-il vous
aider ?

Selon votre type de cancer et son stade d'évolution, votre traitement peut être utilisé pour :

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

Comment allez-vous
vous sentir ?

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 nécessairement un signe que le traitement fonctionne ou ne fonctionne pas.

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

Médicament

Évérolimus

Comprimés à avaler

Exémestane

Comprimés à avaler

Horaire d'administration

Prendre 1 fois par jour avec ou sans nourriture

Prendre en continu

Prendre 1 fois par jour 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, la dose des médicaments pourra être ajustée ou 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 vos médicaments ?

Pour l'évérolimus :

- Prenez vos comprimés d'évérolimus tel que prescrits 1 fois par jour à la même heure à chaque jour et de la même façon (c'est-à-dire toujours avec ou toujours sans nourriture). Vous pouvez prendre vos comprimés à jeun ou en mangeant avec un grand verre d'eau ou de jus. Si vous avez de la difficulté à les tolérer, comme par exemple, mal à l'estomac, prenez-les en mangeant.
- Les comprimés doivent être avalés entiers. Ne pas croquer, couper ou écraser les comprimés.
- **Si vous oubliez une dose d'évérolimus**, vous pouvez la reprendre dès que vous y pensez s'il s'est écoulé moins de 6 heures depuis la dose manquée. 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 toujours avec ou toujours sans nourriture).

Pour l'exémestane :

- 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.
- Si le médicament touche la surface d'un meuble par mégarde, lavez et frottez-le avec de l'eau et du savon.
- La personne qui vous aide 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 appétit



- De la **fatigue** peut survenir durant vos traitements. Ceci est habituellement temporaire et peut être lié à plusieurs facteurs (prise de médicament, stress, maladie, etc.). Gardez un bon niveau d'activité mais reposez-vous lorsque vous en ressentez le besoin.
- Une **diminution de l'appétit** peut survenir. Mangez plus souvent mais en petites quantités à la fois.
- Une **altération du goût** peut se manifester. Rehaussez le goût des aliments avec des fines herbes ou du jus de citron. Masquez le goût amer métallique à l'aide de fruits, gomme à mâcher ou bonbons sans sucre, etc.
- 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.

Aliments et médicaments à éviter



- **Pamplemousse**
Évitez de consommer du pamplemousse, de l'orange amère de Séville, de la carambole, du pomelo, de la grenade ou des aliments en contenant, car ceci pourrait augmenter les effets indésirables de l'évérolimus.
- 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.

Conseils et précautions



- **Uriner assis et fermer le couvercle**

Pour éviter les éclaboussures, urinez assis (même les hommes) et fermez le couvercle de la toilette avant d'actionner la chasse d'eau. Activez la chasse d'eau 2 fois pour bien vous débarrasser des résidus durant la durée de vos traitements (ou selon les directives de votre centre de cancérologie).

- **Liquides biologiques**

Pendant la durée de votre traitement, on peut retrouver de votre médicament dans certains liquides ou sécrétions que vous produisez tels que dans l'urine, les selles, les vomissements, le sperme, les sécrétions vaginales. Pour protéger vos proches et l'environnement, suivez les directives de votre centre de cancérologie concernant la manipulation et l'élimination sécuritaires des liquides biologiques.



- **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

Ulcères dans la bouche

Des ulcères dans la bouche peuvent apparaître 1 à 2 semaines après le début du traitement. Ces ulcères peuvent aussi apparaître dans la gorge.

- Brossez-vous les dents doucement et régulièrement après chaque repas et au coucher.
- Afin de prévenir cet effet, utilisez un rince-bouche à base d'eau et de sel avec ou sans bicarbonate de sodium (soda) ou un rince-bouche commercial **sans** alcool. Gargarisez-vous 4 fois par jour, après les repas et au coucher. Ne buvez pas et ne mangez pas dans l'heure qui suit votre gargarisme.
- Un gargarisme à base de cortisone pourrait également vous être prescrit pour prévenir cet effet.
- ✔ **Continuez le traitement si** : vous avez un inconfort léger (sensibilité, rougeur, irritation) qui ne vous empêche pas de manger. Utilisez votre rince-bouche.
- ⚠ **Cessez l'évérolimus et téléphonez à l'équipe traitante dès que possible si** : vous avez un inconfort modéré (rougeur et lésions douloureuses) qui vous empêche de manger, mais pas complètement ou si vous avez plus de 3 lésions (ulcères), si les lésions durent plus de 3 jours ou si la douleur est importante et vous empêche de manger.
- ✖ **Cessez l'évérolimus et téléphonez à l'équipe traitante** dans les plus brefs délais ou rendez-vous à l'urgence si : vous avez un inconfort sévère et une douleur incommode qui vous empêche presque complètement de manger.



Diminution des globules blancs

Une diminution des globules blancs peut survenir pendant le traitement. Vous pourriez être plus à risque de contracter des infections.

- Lavez-vous les mains souvent.
- Évitez d'entrer en contact avec des gens qui ont des maladies contagieuses.
- Communiquez rapidement avec un membre de l'équipe si vous présentez d'autres signes d'infection (frisson, toux, maux de gorge, douleur lorsque vous urinez, etc.)
- Ne prenez pas d'acétaminophène (p.ex. : Tylenol®, Atasol®, etc.) et d'anti-inflammatoire (p. ex. : Motrin®, Advil®, Aleve® etc.) en cas de fièvre.
- ➔ **Cessez l'évérolimus et rendez-vous à l'urgence si :**
 - vous faites de la fièvre à 38,3°C (101°F) ou plus ou
 - vous faites de la fièvre à 38°C (100,4°F) 2 fois à une heure d'intervalle.

Diminution des plaquettes

Une diminution des plaquettes peut survenir pendant le traitement. Vous pourriez faire des bleus ou avoir tendance à saigner plus facilement qu'à l'habitude.

- Utilisez une brosse à dents à poils souples.
- Vérifiez auprès de votre pharmacien avant de consommer des médicaments contenant de l'Aspirine® ou d'autres anti-inflammatoires (p. ex. : Motrin®, Advil®, Aleve®, etc.).
- Communiquez avec un membre de l'équipe si des ecchymoses (bleus) se manifestent de façon inhabituelle ou si vous avez tendance à saigner facilement du nez ou des gencives.

Problèmes de peau

Des réactions cutanées peuvent apparaître 1 à 2 semaines après le début du traitement. Ces réactions peuvent se manifester de la façon suivante :

- Une **éruption cutanée** pourrait apparaître surtout au visage, au cou et sur la partie supérieure du corps. Ces réactions ressemblent à de l'acné et disparaissent habituellement quelques semaines après l'arrêt du traitement.
- Votre **peau** pourrait devenir **plus sèche** et être accompagnée de

Pour aider à prévenir ou réduire l'apparition de ces réactions :

- Utilisez des savons et des nettoyants doux non parfumés et sans alcool ainsi que des huiles de bain ou pour la douche afin d'éviter que la peau s'assèche.
- Appliquez 2 fois par jour une crème épaisse et hydratante sur la peau (p. ex. : lotion Aveeno®, la crème à mains Neutrogena®, ou la lotion Vaseline Soins intensifs®).
- Utilisez des crèmes et des produits cosmétiques sans parfum, alcool ni colorant. Employez un fond de teint recommandé par les dermatologues pour cacher les éruptions.
- Démaquillez-vous à l'aide d'un nettoyant doux.
- Évitez l'exposition au soleil. Si vous devez vous exposer au soleil, portez un chapeau et des vêtements à manches longues.

démangeaison ou de **rougeur**.

- Votre **peau** pourrait devenir aussi plus **sensible au soleil**.

- Évitez les produits en vente libre contre l'acné qui peuvent assécher la peau.
- Utilisez un écran solaire avec facteur de protection (FPS) égal ou supérieur à 30.

Si, malgré ces mesures, des réactions cutanées apparaissent:

- ✔ **Continuez le traitement, mais communiquez avec un membre de l'équipe si** : vous avez des problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs, dispersés sur le corps, sans démangeaison ou sensibilité. Continuez à appliquer de la crème hydratante.
- ⚠ **Continuez le traitement et téléphonez à l'équipe traitante dès que possible si** : vous avez des problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs, avec de la démangeaison ou de la sensibilité. Continuez à appliquer de la crème hydratante.
- ➖ **Cessez l'évérolimus et téléphonez à l'équipe traitante dans les plus brefs délais ou rendez-vous à l'urgence si** : vous avez des problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs sur une grande partie du corps avec de la chaleur, de la douleur ou de l'enflure.

Diarrhée

De la diarrhée (selles molles et liquides) peut survenir.

- Assurez-vous de boire beaucoup de liquide (8 à 10 verres par jour) à moins d'avis contraire de votre médecin.
- Mangez et buvez souvent mais en petites quantités.
- ✔ **Continuez le traitement si** : vous avez 2 à 3 selles de plus par jour. Prenez 2 comprimés de lopéramide (Imodium®) au départ, puis 1 comprimé après chaque selle liquide (maximum de 8 comprimés par période de 24 heures). Avisez votre équipe traitante si la diarrhée ne s'améliore pas dans les 24 heures suivant la prise du lopéramide.
- ⚠ **Continuez le traitement et téléphonez à l'équipe traitante dès que possible si** : vous avez 4 à 6 selles de plus par jour. Prenez 2 comprimés de lopéramide (Imodium®) au départ, puis 1 comprimé après chaque selle liquide (maximum de 8 comprimés par période de 24 heures).
- ➖ **Cessez l'évérolimus et téléphonez à l'équipe traitante dans les plus brefs délais, ou rendez-vous à l'urgence si** : vous avez au moins 7 selles de plus par jour, ou si vous n'êtes pas capable de vous retenir (incontinence). Vous avez une diarrhée avec de la fièvre.

Maux de cœur

Des maux de cœur et des vomissements habituellement légers peuvent survenir durant la prise de votre médicament.

- Des médicaments à prendre au besoin vous seront prescrits si des maux de cœur (nausées) surviennent.
- ✔ **Continuez le traitement si** : vous avez des maux de cœur légers qui ne vous empêchent pas de manger. Assurez-vous de continuer vos médicaments contre les maux de cœur.
- ⚠ **Continuez le traitement et téléphonez à l'équipe traitante dès que possible si** : vous avez des maux de cœur modérés, ou présence de vomissements qui vous empêchent de manger, mais pas complètement. Assurez-vous de continuer vos médicaments contre les maux de cœur.
- ⊖ **Cessez l'évérolimus et téléphonez à l'équipe traitante dans les plus brefs délais ou rendez-vous à l'urgence si** : vous avez des maux de cœur sévères ou des vomissements répétés qui vous empêchent complètement de manger.

Bouffées de chaleur

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

- Prenez votre exemestane 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.

Maux de tête

Des maux de tête peuvent parfois survenir.

- Si cela vous incommode, consultez un membre de l'équipe qui pourra 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.



EFFETS INDÉSIRABLES

MESURES À PRENDRE

Rétention d'eau

Une rétention d'eau progressive peut survenir au fil des traitements et se manifester par de l'enflure aux mains, aux chevilles et aux pieds.

- Gardez vos pieds surélevés lorsqu'assis.
- Évitez de porter des habits ou des souliers trop serrés.
- Avisez un membre de l'équipe si vous prenez du poids rapidement, si vous avez de l'enflure ou si vous êtes plus facilement essoufflé.

Perte de cheveux

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

Cependant, selon les personnes, un **éclaircissement des cheveux** plus ou moins important peut se produire.

Rassurez-vous, les cheveux repousseront à la fin des traitements.

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

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
- Difficultés soudaines à respirer
- Toux et/ou une fièvre persistante

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 MAI 2013 | RÉVISION NOVEMBRE 2019

Journal de bord | Évériolimus + Exémestane 28 jours

DATE DÉBUT CYCLE :

LÉGENDE

-  Continuez le traitement.
-  Continuez (***sauf pour ulcères : cessez évériolimus**) le traitement et téléphonez à l'équipe traitante dès que possible.
-  Cessez l'**évériolimus** et téléphonez à l'équipe traitante dans les plus brefs délais ou présentez-vous à l'urgence.

Référez-vous au feuillet d'information pour plus de détails.

JOURS DU CYCLE

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
(Inscrivez le nombre de comprimés pris)	Évériolimus	mg																											
	Exémestane	mg																											

Date de prise (jj-mm)

ULCÈRES DANS LA BOUCHE		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	Inconfort léger (ulcère, sensibilité, rougeur, irritation) qui ne vous empêche pas de manger.																												
	Inconfort modéré (rougeur et lésions douloureuses) qui vous empêche de manger mais pas complètement.																												
	Inconfort sévère et douleur incommode qui vous empêche presque complètement de manger.																												
DIMINUTION DES GLOBULES BLANCS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
	Votre température est plus haute que 38,3°C (101°F) ou vous avez fait 38°C (100,4°F) deux fois à 1 heure d'intervalle avec ou sans symptômes d'infection.																												

PROBLÈMES DE PEAU	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
 Problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs, mais sans démangeaison ou sensibilité.																													
 Problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs, avec de la démangeaison ou de la sensibilité.																													
 Problèmes de peau que vous n'aviez pas avant, comme des boutons ou des rougeurs sur une grande partie du corps avec de la chaleur et de la douleur.																													
DIARRHÉE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
 Diarrhée légère : vous avez 2 à 3 selles de plus par jour que d'habitude.																													
 Diarrhée modérée : vous avez 4 à 6 selles de plus par jour que d'habitude.																													
 Diarrhée sévère : vous avez au moins 7 selles de plus par jour que d'habitude, ou vous n'êtes pas capable de vous retenir (incontinence).																													
MAUX DE COEUR / VOMISSEMENTS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
 Maux de cœur légers qui ne vous empêchent pas de manger.																													
 Maux de cœur modérés, ou présence de vomissements qui vous empêchent de manger, mais pas complètement.																													
 Maux de cœur sévères ou des vomissements répétés qui vous empêchent complètement de manger.																													