

Pomalidomide-Dexaméthasone

Pomalyst®-Décadron®

Traitement de **chimiothérapie** contre le cancer en capsules

Comprendre votre traitement

Qu'est-ce que la chimiothérapie ?

La chimiothérapie est un traitement contre le cancer qui utilise des médicaments pour détruire les cellules cancéreuses. La chimiothérapie peut être utilisée seule ou en combinaison avec d'autres traitements, comme la radiothérapie.

Comment la chimiothérapie peut-elle vous aider ?

Selon votre type de cancer et son stade d'évolution, la chimiothérapie 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 ?

La chimiothérapie est utilisée pour empêcher la multiplication des cellules anormales et les détruire. Elle peut aussi endommager des cellules saines qui se développent rapidement. Des effets indésirables surviennent quand des cellules saines sont endommagées.

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 la chimiothérapie fonctionne ou ne fonctionne pas.

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

Médicament

Horaire d'administration

Pomalidomide

Prendre 1 fois par jour avec ou sans nourriture

Capsules à avaler

Prendre pendant 21 jours suivi d'une pause de 7 jours

Dexaméthasone

Prendre 10 comprimés (ou _____) 1 fois par semaine le matin avec nourriture

Comprimés à avaler

Prendre aux jours 1, 8, 15 et 22 ou de la façon suivante :

Cycle : le traitement sera répété à tous les 28 jours.

Calendrier de traitement*

Jour	1	2	3	4	5	6	7
Date							
Pomalidomide (P)	P	P	P	P	P	P	P
Dexaméthasone (d) ____ comprimés de 4 mg	d ____						
Jour	8	9	10	11	12	13	14
Date							
Pomalidomide (P)	P	P	P	P	P	P	P
Dexaméthasone (d) ____ comprimés de 4 mg	d ____						
Jour	15	16	17	18	19	20	21
Date							
Pomalidomide (P)	P	P	P	P	P	P	P
Dexaméthasone (d) ____ comprimés de 4 mg	d ____						
Jour	22	23	24	25	26	27	28
Date							
Pomalidomide (P)							
Dexaméthasone (d) ____ comprimés de 4 mg	d ____						

* Le calendrier de traitement peut être modifié selon les pratiques locales.

Suivez les directives de votre pharmacien pour la prise de vos médicaments selon l'horaire établi.



Une **prise de sang** sera faite régulièrement. Si nécessaire, la dose de pomalidomide pourra être ajustée ou le traitement pourra être retardé selon le résultat de la prise de sang ou selon les effets indésirables survenus lors du traitement précédent.

Femme non ménopausée : une prise de sang sera exigée pour déterminer si vous êtes enceinte avant de commencer le traitement. La prise de sang sera obligatoire au moins une fois par mois par la suite.

Comment prendre votre médicament ?

Pour la pomalidomide :

- La pomalidomide est distribuée par une pharmacie différente de votre pharmacie habituelle.
- Prenez vos capsules de pomalidomide tel que prescrites 1 fois par jour à la même heure à chaque jour. Vous pouvez prendre vos capsules 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. Vous devez prendre vos capsules en continu pendant 21 jours puis faire un arrêt de 7 jours.
- Les capsules doivent être avalées entières. Ne pas briser, mâcher ou ouvrir les capsules.
- **Si vous oubliez une dose**, vous pouvez la reprendre dès que vous y pensez s'il s'est écoulé moins de 12 heures depuis la dose manquée. Ne doublez pas votre prochaine dose. Cependant, essayez de prendre vos capsules le plus régulièrement possible, à la même heure à chaque jour et de la même façon (c'est-à-dire avec ou sans nourriture).

Pour la dexaméthasone :

- Prenez vos comprimés de dexaméthasone tel que prescrit 1 fois par semaine, de préférence le matin, avec de la nourriture.
- **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.

Comment manipuler et conserver vos médicaments ?



- Lavez vos mains immédiatement après avoir manipulé vos capsules de pomalidomide.
- Conservez vos capsules de pomalidomide 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 (pomalidomide) non utilisé. Apportez-le à la pharmacie qui vous a servi la pomalidomide ou appelez cette pharmacie pour vérifier la façon de leur retourner le médicament. Ceci est dans le but d'assurer une destruction sécuritaire du médicament. 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.

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

Appétit

- 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



- Si vous êtes une **femme** non ménopausée, vous devez utiliser **deux moyens de contraception**. Vous devez les utiliser au moins 4 semaines avant de commencer la pomalidomide et jusqu'à 4 semaines après la fin du traitement. La pomalidomide peut entraîner des **malformations** ou la mort du fœtus. Il faut éviter de prendre ce médicament si vous êtes enceinte ou prévoyez le devenir. Si vous ne pouvez pas utiliser une contraception à base d'hormones (implants ou injections), vous devez utiliser 2 barrières mécaniques (condom, diaphragme, cap cervical, éponge contraceptive). La pilule contraceptive ne doit pas être utilisée avec votre traitement.
- Si vous êtes un **homme**, vous devez utiliser un condom lorsque vous avez des relations sexuelles avec une femme non ménopausée. Utilisez le condom pendant toute la durée de votre traitement et jusqu'à 4 semaines après la fin du traitement. Cette mesure est obligatoire même chez les hommes vasectomisés.
- 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.). De plus, vous devrez utiliser des moyens de contraception appropriés puisque la pomalidomide peut entraîner des malformations ou la mort du fœtus.
- Si vous avez eu des relations sexuelles non protégées ou votre partenaire sexuelle est enceinte : avisez immédiatement votre médecin.

Aliments et habitudes de vie 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 la dexaméthasone.
- **Tabagisme**
Fumer la cigarette pourrait diminuer l'efficacité de votre traitement.

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 pendant la durée de vos traitements et jusqu'à 48 heures après (ou selon les directives de votre centre de cancérologie).

- **Liquides biologiques**

Le traitement que vous recevez reste quelques jours dans votre corps. Durant ce temps, on peut en retrouver 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

Diminution des globules blancs

Une diminution des globules blancs surviendra pendant le traitement. Vous pourriez être plus à risque de contracter des infections durant cette période.

- Lavez-vous les mains souvent.
- Durant cette période, 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 pas prendre d'acétaminophène (p.ex. Tylenol®, Atasol®, etc.) et d'anti-inflammatoire (p. ex. Motrin®, Advil®, Aleve® etc.) en cas de fièvre.

⊖ Cessez le traitement 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.

Baisse des globules rouges

Une baisse des globules rouges peut survenir suite au traitement. Ce phénomène s'appelle anémie et est caractérisé par des signes de fatigue, pâleur, étourdissement et essoufflement.

- Gardez un bon niveau d'activités mais respectez les signes de fatigue de votre corps; reposez-vous lorsque vous en sentez le besoin.
- Si vous notez un ou plusieurs de ces effets, communiquez avec un membre de l'équipe.

Fatigue

De la fatigue accompagnée ou non de faiblesse et d'étourdissements peut survenir durant vos traitements. Ceci est habituellement temporaire et peut être relié à plusieurs facteurs (médication, stress, maladie, anémie, déshydratation, ...).

- Gardez un bon niveau d'activité mais reposez-vous lorsque vous en sentez le besoin.

Diminution plaquettes

Une diminution des plaquettes

- Utilisez une brosse à dents à poils souples.
- Vérifiez auprès de votre pharmacien avant de consommer

surviendra pendant le traitement. Vous pourriez faire des bleus ou avoir tendance à saigner plus facilement qu'à l'habitude.

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.

Constipation

De la constipation peut survenir.

- Faites de l'exercice si possible.
- Buvez beaucoup de liquide (au moins 8 verres par jour) (à moins d'avis contraire de votre médecin).
- Mangez des aliments riches en fibres (céréales, fruits et légumes).
- Communiquez avec un membre de l'équipe qui pourra vous conseiller des laxatifs appropriés si nécessaire.

Diarrhée

De la diarrhée (selles molles et liquides) peut aussi 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 le traitement 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.

Essoufflement accompagné ou non de toux

Vous pourriez éprouver de l'essoufflement accompagné ou non de

- Si ces symptômes apparaissent durant le traitement, parlez-en à un membre de l'équipe dès que possible.

toux. Ces symptômes sont peu fréquents et peuvent être reliés à votre traitement.

Douleurs aux muscles et aux os

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 cœur

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

- Des médicaments à prendre au besoin pourraient vous être prescrits si des maux de cœur surviennent.

Brûlures d'estomac, augmentation de l'appétit, de la nervosité et des troubles du sommeil

Les comprimés de dexaméthasone peuvent occasionner des brûlures d'estomac, une augmentation de l'appétit, de la nervosité et des troubles du sommeil.

- Afin de diminuer ces effets, il est important de prendre les comprimés avec de la nourriture, le matin.
- Si l'un ou l'autre de ces effets vous incommode, n'hésitez pas à consulter un membre de l'équipe qui pourra vous conseiller de façon appropriée.

Taux de sucre

Pour les patients diabétiques, les comprimés de dexaméthasone peuvent augmenter le taux de sucre dans le sang durant le traitement.

- Prenez votre glycémie plus fréquemment. Si vos valeurs sont plus élevées qu'à l'habitude, communiquez avec un membre de l'équipe.
- Si vous notez une soif intense, si vous urinez en plus grande quantité, et plus souvent, communiquez rapidement avec un membre de l'équipe.

Perte de cheveux

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



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 jambes
- Difficulté soudaine à respirer accompagnée ou non de toux ou de fièvre

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 AVRIL 2016 | RÉVISION NOVEMBRE 2019



- ✔ Continuez le traitement.
- ⚠ Continuez le traitement et téléphonez à la pharmacie dès que possible.
- ✖ Cessez le traitement et téléphonez à l'équipe traitante dans les plus brefs délais ou présentez-vous à l'urgence.

JOURS DU CYCLE

Pomalidomide : mg

Dexaméthasone : mg

Date de prise (jj-mm)

[illegible]

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 (100,5°F) deux fois à 1 heure d'intervalle avec ou sans symptômes d'infection.																												
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).																												