



La nature et la sévérité des effets secondaires peuvent varier d'une personne à l'autre.

Contactez votre médecin si ces effets sont sévères ou si d'autres effets surviennent.

Pensez toujours à signaler et à demander conseil à votre médecin ou à votre pharmacien avant de prendre un nouveau médicament ou un complément alimentaire.

Certains produits peuvent interagir avec votre traitement. Évitez de prendre vos traitements avec du jus de pamplemousse, celui-ci peut modifier l'efficacité de certains médicaments.



### Diarrhée

- Éviter le café, les boissons glacées, le lait, les fruits et légumes crus, les céréales, le pain complet et l'alcool
- Boire au moins 2 litres par jour (eau, thé, tisanes, cola, bouillons, boissons gazeuses)
- Privilégier les féculents (riz, pâtes, pommes de terre...), les carottes et les bananes



### Constipation

- Pratiquer une activité physique régulière
- Privilégier les aliments riches en fibres (compote de pruneaux, fruits et légumes frais)
- Boire au moins 2 litres d'eau par jour

### Nausée et vomissement

- Boire lentement entre les repas des boissons légèrement fraîches ou à température ambiante (éviter les boissons trop chaudes)
- Éviter les aliments frits, gras ou épicés
- Manger lentement
- Faire plusieurs petits repas légers

En cas de vomissements, se rincer la bouche à l'eau froide et attendre 1 à 2 heures avant de manger

### Irritation, ulcération de la bouche

- Utiliser une brosse à dents souple, un dentifrice doux et un bain de bouche sans alcool
- Privilégier une alimentation liquide, froide, dépourvue d'acidité (vinaigre, noix, gruyère, épices)

### Éruption cutanée

- Lavez vous avec du produit sans savon (crème hydratante)
- Évitez de vous exposer au soleil, et dans tous les cas utiliser une protection solaire écran total
- Utiliser une crème de jour ou un maquillage sans parfum, hypoallergénique et spéciale peau sensible

### Toux

- La toux peut être le symptôme d'une infection ou celui d'une réaction pulmonaire au traitement. Elle doit vous alerter et vous mener à consulter rapidement

### Fièvre

- En cas de fièvre supérieure à 38°C ou de frissons, contactez rapidement votre médecin



### Syndrome main pied

- Cet effet se manifeste par des sensations de picotements, d'engourdissement ou de rougeurs au niveau des mains ou de la plante des pieds. Si ces symptômes deviennent douloureux, prévenir rapidement votre médecin
- Éviter le soleil et toute exposition à la chaleur
- Éviter les vêtements et les chaussures trop serrées
- Utiliser un savon doux sans parfum
- Éviter les tâches ménagères et les travaux irritants pour les mains
- Éviter les pansements adhésifs
- En cas d'apparition de ces symptômes, tremper les mains et les pieds dans l'eau fraîche, puis sécher sans frotter. Appliquer des crèmes hydratantes sur les zones atteintes
- Informez rapidement votre médecin

### Chute de cheveux

- La chute des cheveux, des cils et sourcils est l'un des effets indésirables les plus fréquents lors des chimiothérapies. Elle commence généralement 10 à 20 jours après le début du traitement
- Elle est toujours réversible à l'arrêt du traitement. La repousse peut demander plusieurs semaines. La couleur et la texture des cheveux peuvent être modifiées



- **En règle générale, ne pas écraser les comprimés ni ouvrir les gélules.**

- Se laver les mains avant et après chaque manipulation.



- Ne pas laisser à la portée des enfants.



- Il est préférable que les femmes enceintes et celles qui allaitent ne manipulent pas les comprimés.



- Respecter la **température de conservation** du médicament.

- Ne pas jeter les traitements inutilisés ou les emballages à la poubelle. Les apporter à votre pharmacien.



- Respecter les heures de prise.

- Ne prendre aucun autre médicament que ceux prescrits.

- En cas d'oubli ne jamais doubler la prise suivante et ne pas augmenter le nombre de prises.

- Si par erreur il a été pris trop de médicaments, contacter rapidement le médecin.

- En cas de vomissements, ne pas reprendre de médicaments. Attendre la prochaine prise.

Ce document a été élaboré par la Commission Régionale des Anticancéreux de l'OMÉDIT Centre  
mail : omedit-centre@omedit-centre.fr

Il existe 1 OMÉDIT dans chaque région, n'hésitez pas à les contacter.

Ce document vous a été remis par :

## Votre médecin vous a prescrit un anticancéreux oral

**Quelques conseils pour manipuler les comprimés ou les gélules et bien gérer les effets secondaires**