

Voici quelques informations complémentaires susceptibles de diminuer votre inquiétude en cas d'apparition d'effets indésirables dus au **Taxotère®**. 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.

✓ DOULEURS ARTICULAIRES ET MUSCULAIRES

Ces douleurs se manifestent sous forme de courbatures et de raideurs musculaires. Les articulations sont plus sensibles. Elles peuvent survenir 48h après l'administration du traitement et durer quelques jours. Elles cèdent en général à la prise de paracétamol.

- **Dans le cas contraire :**
→ **appelez votre médecin traitant**

✓ 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 fébrile, 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).

- **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 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

Notre conseil

- ◆ **Utilisez une brosse à dents à poils souples**



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

► 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**

■ **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**

✓ CHUTE DES CHEVEUX ET/OU DES POILS : L'ALOPECIE

Elle survient généralement à partir du 15^{ème} jour et peut être précédée par des irritations et/ou des douleurs au niveau du cuir chevelu. Les cils et les sourcils peuvent aussi tomber. Cette perte de cheveux et/ou de poils est transitoire : la repousse débute généralement dès la fin du premier mois après l'arrêt du traitement.

Nos conseils

◆ **Continuez :**

- à vous laver la tête avec un shampooing doux (mais pas pour bébé) même si vous n'avez plus de cheveux afin de nettoyer et d'hydrater le cuir chevelu

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

→ réalisez une coupe courte et prenez rendez-vous avec un conseiller capillaire

✓ ATTEINTE DES MUQUEUSES : 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

◆ Evitez :

- 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

✓ 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

✓ 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

◆ Evitez :

→ 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

✓ **RISQUE D'ALTERATION DES ONGLES**

Ce traitement peut fragiliser vos ongles des mains et des pieds. Cela peut se manifester par des douleurs, une modification de leur couleur et de leur aspect.

Nos conseils

- La veille de la 1^{ère} perfusion et durant tout le traitement, jusqu'à 6 mois après le dernier cycle : appliquer un vernis enrichi en silicium opaque et/ou anti UV en 2 couches. Dès que le vernis s'écaille, l'enlever avec un dissolvant sans acétone
- Essuyez vos mains soigneusement après chaque lavage. Utiliser des gants doublés de coton pour éviter la macération et les porter lors des travaux ménagers

- Hydratez les mains et les pieds en appliquant une crème ou une huile de soins corporelle

◆ **En cas :**

- de fissure : appliquer une crème réparatrice antibactérienne
- d'apparition de rougeurs sur le pourtour de l'ongle : appliquer une compresse imprégnée d'**Hexomédine Solution**® sur les ongles pendant 30 à 45 mn, 1 à 2 fois par jour jusqu'à disparition des rougeurs (attention, le flacon doit être jeté 21 jours après son ouverture même s'il n'est pas terminé)
- d'épaississement des ongles (hyperkératose) : masser l'ongle sans déborder sur la peau avec du baume de karité, jusqu'à disparition de l'épaississement de l'ongle

Cette toxicité sur les ongles peut perdurer ou survenir 6 mois après l'arrêt du traitement. Pour cette raison, nous vous conseillons de continuer à protéger vos ongles durant la totalité de cette période, comme décrit précédemment.

▶ **Si les signes persistent :**

→ **appelez votre médecin traitant**

✓ **SYNDROME MAINS-PIEDS**

C'est l'apparition de plaques rouges, pouvant être associées à des œdèmes, de la paume des mains et/ou de la plante des pieds, qui peuvent évoluer vers :

- une desquamation et sécheresse voire une ulcération de la peau
- des fissures au niveau de la pulpe des doigts
- sensation de fourmillements ou picotements
- inflammation, douleur à type de brûlures altérant les activités quotidiennes
- apparition de cals et de cors

Ces manifestations sont réversibles en 2 à 3 semaines et sans séquelles avec une diminution des doses ou à l'arrêt du traitement.

Nos conseils

◆ **Évitez :**

- les bains et douches très chauds
- les expositions au soleil
- le port de gants, de chaussettes ou de vêtements serrés
- les bijoux serrés
- les traumatismes répétés et les frottements vigoureux (marche prolongée, bricolage, jardinage, ménage)
- les applications de bandage et/ou de pansements adhésifs

◆ **Préférez :**

- l'eau tiède ou fraîche
- les vêtements amples
- les chaussures souples et confortables
- le séchage doux des mains et des pieds, (sans friction)

◆ **En cas d'apparition du syndrome mains-pieds :**

- trempez les mains et les pieds dans l'eau fraîche ou placer une poche de glace
- hydratez les mains et les pieds avec une crème émolliente
- laissez, dans la mesure du possible, les pieds et les mains découverts

▶ **Si les signes persistent :**

- **appelez votre médecin traitant**

✓ SECHERESSE CUTANEE ET/OU GENITALE

■ **Une sécheresse cutanée** peut s'installer au fil des traitements

Nos conseils

- ◆ **Augmentez vos boissons quotidiennes**
- ◆ **Hydratez votre peau**

■ **Une sécheresse vaginale** peut également survenir

Notre conseil

◆ **Utilisez des lubrifiants**

- lors de vos rapports sexuels

■ **Une sécheresse de l'ensemble des muqueuses** (les yeux, le nez, la bouche, l'œsophage, l'abdomen, l'anus, le vagin)

- Elle peut se manifester par des douleurs, et/ou une gêne à la déglutition.

✓ ŒDEMES

Cette chimiothérapie est responsable d'une fuite d'eau des vaisseaux sanguins vers les tissus environnants provoquant des œdèmes au niveau des membres. Ce syndrome est prévenu par la prémédication à base de cortisone, prescrite par votre oncologue. Il est donc impératif de bien respecter la dose et les heures de prises afin d'éviter cette complication.

▶ **Si toutefois, vous constatez un gonflement des membres :**

- **vous devrez le signaler à votre oncologue lors de la consultation suivante**

✓ ATTEINTE DE LA SENSIBILITE DES EXTREMITES

Cette chimiothérapie peut entraîner des sensations au niveau des mains et/ou des pieds :

- des fourmillements
- une diminution de la sensibilité
- sensation de marcher sur du coton
- diminution de la capacité à effectuer des gestes fins
- difficulté à boutonner les vêtements

▶ **Si ces symptômes apparaissent :**

- **signalez le à votre oncologue lors de votre prochain rendez-vous**

✓ AUTRES EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES

■ **Perturbation du cycle menstruel**

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

Notre conseil

- écran total indice 50 indispensable

▶ **Si d'autres réactions apparaissent :**

- **appelez votre médecin traitant**