

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

✓ MODALITE DE LA PRISE

Il s'agit d'une chimiothérapie sous forme de comprimés, à raison de 2 prises par jour pendant 14 jours le matin et le soir à prendre avec de l'eau dans les 30 mn après la fin du petit déjeuner et diner.

✓ RECOMMANDATION DE LA PRISE

- Il est impératif de respecter la dose prescrite et les jours de prise.
- Les comprimés doivent être avalés avec de l'eau, sans être coupés.
- Si après le traitement de 14 jours, il vous reste des comprimés, il ne faut pas continuer les prises.
- Ne jamais rattraper une prise en cas d'oubli.

✓ PRECAUTIONS PARTICULIERES

- En cas de vomissement, ne reprenez pas de comprimé supplémentaire.

✓ DIARRHEE

Ce symptôme peut apparaître le plus souvent en fin de cycle, c'est à dire, à partir du 10ème jour de prise. Il peut s'accompagner de douleurs abdominales à type de coliques.

Elle se caractérise par des selles molles ou liquides, de plus de 3 épisodes par jour.

- Vous serez peut-être amené à adapter votre alimentation 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

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

✓ 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 fiévreux, 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

✓ 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

✓ 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 placez 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

✓ 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