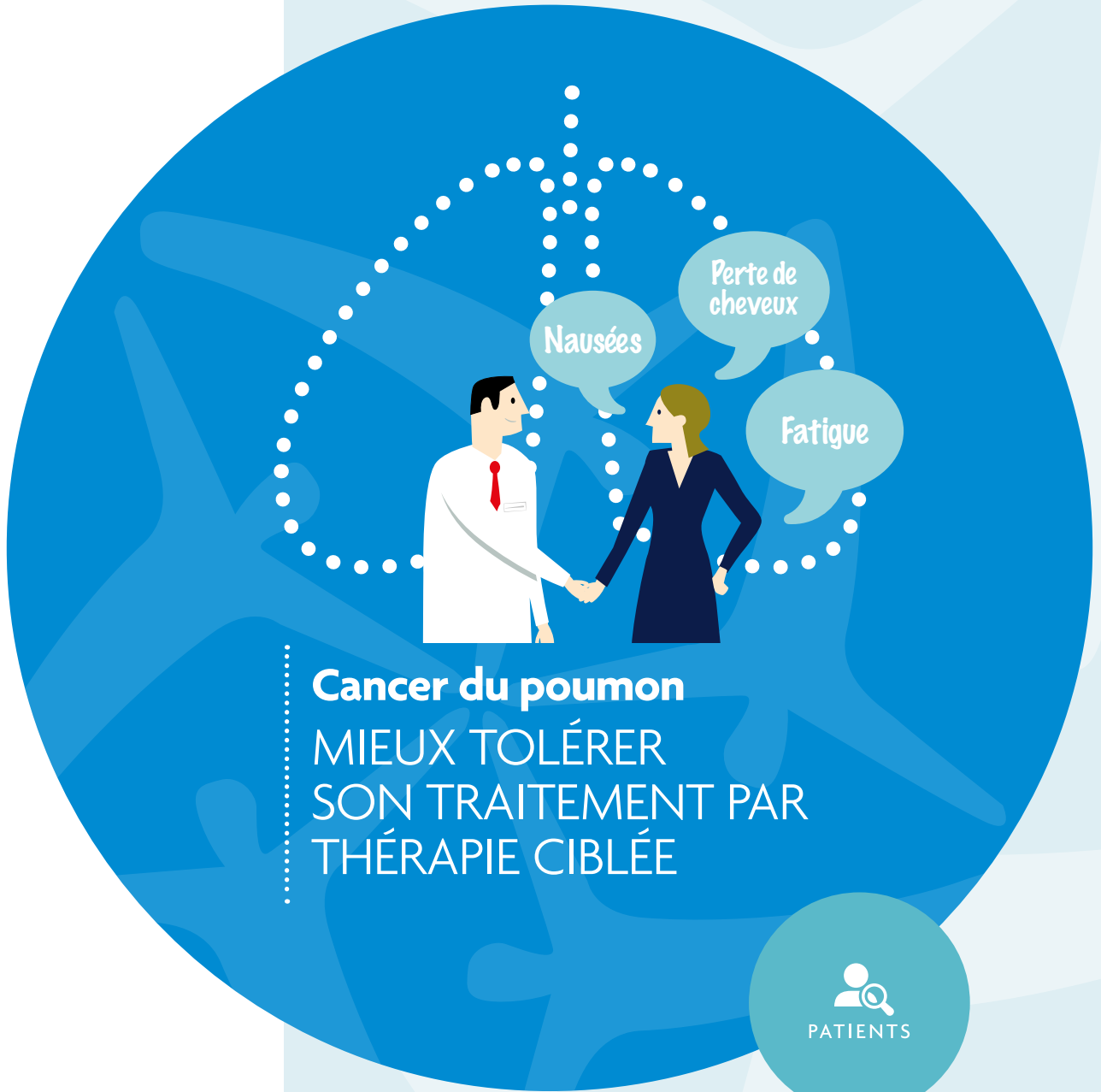


poumon



**Cancer du poumon**  
MIEUX TOLÉRER  
SON TRAITEMENT PAR  
THÉRAPIE CIBLÉE



PATIENTS



Personnalisation de l'ACcompagnement  
du patient en ONCologie



## INTRODUCTION



Retrouvez également plus d'infos  
et de conseils sur [PactOnco.fr](https://www.pactonco.fr)



On entend dire que les thérapies ciblées, notamment les inhibiteurs de la tyrosine kinase, sont mieux supportées que la chimiothérapie. J'ai lu qu'il y avait des effets indésirables, est-ce vrai ? Est-ce que je vais perdre mes cheveux ? Quel impact sur ma vie de famille, ma vie sociale, ma vie professionnelle mon traitement va-t-il avoir ? Puisque ces effets sont connus, existe-t-il un moyen de les prévenir ?

Ces questions... comme toutes les autres sont légitimes et méritent les réponses les plus claires possible. L'équipe qui va vous suivre et qui va prendre en charge votre cancer est là pour vous répondre **en vous «traduisant»** toutes les informations dont elle dispose au sujet de votre maladie. Toutefois, l'expérience montre qu'un livret informatif peut se

*révéler utile pour assimiler certaines notions parfois complexes, vous familiariser avec un vocabulaire nouveau et mieux comprendre ce qui vous arrive.*

**Cette brochure a pour objectif de répondre à vos premières questions ainsi qu'à celles de votre entourage. Nous vous conseillons de la conserver et de la consulter autant de fois que nécessaire.**

*D'autres brochures de la même collection sont disponibles et pourront vous être proposées aux moments-clés de votre prise en charge pour vous accompagner et vous permettre de vivre au mieux cette étape de votre vie.*

## SOMMAIRE

- ➔ **PRÉFACE** ..... P03
- ➔ **EFFETS INDÉSIRABLES DES THÉRAPIES CIBLÉES : D'OÙ PROVIENNENT-ILS ?** ..... P06
  - Quelques définitions
  - Origine des effets indésirables des thérapies ciblées
  - Surveillance et suivi des effets indésirables
  - Mieux vaut prévenir...
- ➔ **EFFETS INDÉSIRABLES DES THÉRAPIES CIBLÉES : QUELS SONT-ILS ? COMMENT LES GÉRER ?** ..... P10
  - Effets indésirables communs à la chimiothérapie conventionnelle et aux thérapies ciblées
  - Effets indésirables spécifiques aux thérapies ciblées
  - Désir d'enfant
  - Isolement social et relations avec vos proches
  - Automédication, régimes et médecines alternatives
- ➔ **QUE SE PASSE-T-IL SI JE NE SUPPORTE PAS MON TRAITEMENT ?** ..... P18
  - Vous tolérez mal votre traitement : que faire ?
  - Si je ne supporte pas mon traitement, est-ce que je serai quand même traité(e) ?



Cette brochure est le fruit d'un groupe de travail composé de différents professionnels de santé impliqués dans la prise en charge de personnes présentant un cancer du poumon et de membres d'associations de patients avec le support de Pfizer Oncologie :

- **Dr Chantal Decroisette**, pneumologue - cancérologue au CH d'Annecy
- **Giacomo Di Falco**, psychologue au CHRU de Lille
- **Cathie Lavault**, infirmière coordinatrice au CHU de Rouen
- **Jérôme Sicard**, pharmacien à Châlons-en-Champagne
- **Laure Guéroult-Accolas et Leslie Jibaoui-Manot**, association Patients en réseau - Mon Réseau Cancer du Poumon
- **Janet Holdsworth et Suzy Sauvajon**, association De l'Air!

Croiser les points de vue des professionnels de santé et des patients concernés par le cancer du poumon permet de vous apporter une réponse éclairée au plus près de vos besoins et de votre vécu.





## EFFETS INDÉSIRABLES DES THÉRAPIES CIBLÉES : d'où proviennent-ils ?



Souffre-t-on tous  
des mêmes effets  
indésirables ?

### ► Quelques définitions

En préambule, voici quelques définitions pour mieux comprendre cette brochure.

• **Effet indésirable (EI) ou effet secondaire** : réaction nocive et non voulue à un produit de santé (médicament, préparation magistrale, dérivé du sang....) se produisant aux posologies normalement utilisées chez l'homme, mais également en cas de mésusage, d'erreur médicamenteuse, de surdosage accidentel ou volontaire. Un effet indésirable se caractérise par sa sévérité, sa fréquence et le fait qu'il soit attendu (effet connu pour ce médicament et noté dans le Résumé des Caractéristiques du Produit dont dispose le médecin) ou inattendu<sup>(1)</sup>.

- **Rapport ou Ratio bénéfice/risque** : balance entre l'amélioration de santé que peut apporter un médicament et les risques d'effets indésirables qu'il peut engendrer.
- **Fréquence des effets indésirables** : la notion de fréquence dans le langage commun étant subjective, le monde médical a associé de manière précise un terme à un pourcentage de patients exposés au traitement concerné par cet effet indésirable.

<b>EI TRÈS FRÉQUENT</b>	Affecte plus de 10 patients sur 100 exposés au traitement
<b>EI FRÉQUENT</b>	Affecte de 1 à 10 patients sur 100
<b>EI PEU FRÉQUENT</b>	Affecte de 1 à 10 patients sur 1000
<b>EI RARE</b>	Affecte de 1 à 10 patients sur 10 000
<b>EI TRÈS RARE</b>	Affecte moins de 1 patient sur 10 000

EI = effet indésirable

Parfois la fréquence est indéterminée car elle ne peut être estimée sur la base des données disponibles.

### ► Origine des effets indésirables des thérapies ciblées

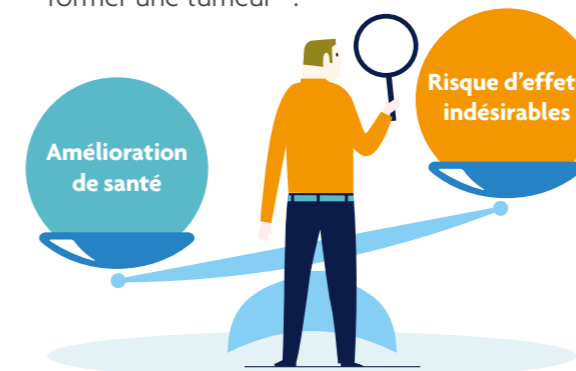
#### • Exemple avec le mécanisme d'action des inhibiteurs de tyrosine kinase (ITK)

##### Un mécanisme de régulation de la vie de la cellule...

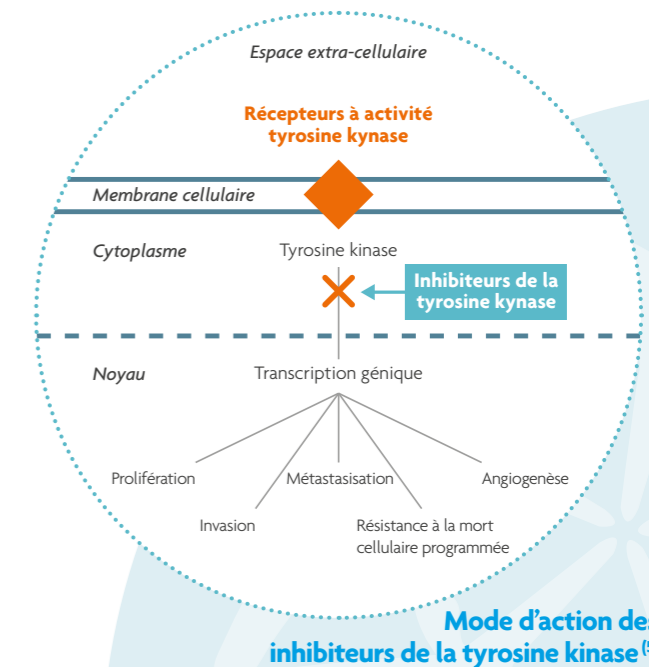
Les cellules de votre organisme se renouvellent continuellement. Pour cela, une cellule normale, non cancéreuse, dispose de différents mécanismes qui contrôlent ses capacités à se multiplier et à mourir au terme de son activité ou d'un nombre défini de multiplications<sup>(2)</sup>.

##### ...contrôlé par des enzymes

Ces mécanismes de régulation cellulaire impliquent des enzymes dont la synthèse et l'activité dépendent de gènes. Parfois, ces gènes présentent des anomalies, conduisant à une dérégulation des enzymes contrôlant la multiplication ou la mort cellulaires (parmi ces enzymes, on connaît la famille des tyrosine kinase). Les cellules se multiplient alors anarchiquement et peuvent ainsi former une tumeur<sup>(2)</sup>.



La présence d'une anomalie génétique sur un gène codant pour une protéine donnée, entraîne une activité enzymatique anormale. Certaines cellules tumorales ont besoin de cette voie de signalisation cellulaire sur laquelle se situe cette protéine mutée pour se multiplier. C'est ce qu'on appelle une addiction oncogénique. Cette anomalie moléculaire peut être bloquée par une thérapie ciblée, comme les inhibiteurs de tyrosine kinase (ITK), empêchant la multiplication des cellules tumorales.<sup>(3,4)</sup>



### • Une efficacité à double tranchant <sup>(6)</sup>

Les ITK bloquent le système de renouvellement des cellules, ce qui a un **impact particulier sur les cellules cancéreuses porteuses de l'anomalie, mais aussi sur toutes les cellules utilisant le mécanisme ciblé**. Les cellules qui ont un taux de renouvellement habituellement élevé dans votre organisme – peau, cheveux, paroi de l'intestin... – vont également être affectées ce qui va provoquer l'apparition d'effets indésirables.

### • Des effets indésirables «attendus» mais pas systématiques <sup>(2)</sup>

Les effets indésirables attendus d'un médicament sont **les effets déjà observés** chez des personnes traitées par ce médicament, lors des essais cliniques, puis signalés par la pharmacovigilance (cf. encadré), **à une fréquence suffisante pour être répertoriés** et le plus souvent quantifiés (estimation de sa fréquence d'apparition). Ils sont donc «prévisibles». Cela ne signifie pas pour autant que toute personne qui sera traitée par ce médicament en souffrira systématiquement. L'apparition d'un effet indésirable et son intensité vont en effet dépendre de sa fréquence observée lorsque l'on prend ce médicament, pondérée par le dosage du médicament mais aussi par l'état de santé de la personne traitée ainsi que les traitements pris à la même période.

#### La pharmacovigilance <sup>(7)</sup>

*Elle consiste à recueillir des informations utiles à la surveillance des médicaments, y compris des informations sur les effets indésirables présumés. Ces informations peuvent provenir des fabricants de médicaments, de signalements d'effets par les professionnels de santé et les patients et de la réalisation d'études. Les patients et associations de patients peuvent signaler un ou des effets inhabituels, suspectés d'être liés à l'utilisation d'un ou de plusieurs médicaments, auprès du centre régional de pharmacovigilance (CRPV) dont ils dépendent.*

**Le signalement peut se faire sur le site : [signalement-sante.gouv.fr](http://signalement-sante.gouv.fr) ou auprès d'un médecin.**

Comment prévenir ?

Quelle surveillance ?

Effets indésirables



### ► Surveillance et suivi des effets indésirables <sup>(2)</sup>

Certains effets peuvent être gênants dès qu'ils se déclarent : nausées/vomissements, fatigue, etc. **Dès qu'ils apparaissent, faites-en part à votre médecin.**

Il évaluera leur intensité et décidera des dispositions à prendre : adaptation de la posologie ou remplacement du traitement responsable, mise en place de soins de support... Une consultation de suivi pourra être prévue pour suivre l'évolution de votre situation.

D'autres effets ne sont pas ressentis immédiatement : troubles rénaux ou cardiaques par exemple. Pour cette raison, **votre médecin vous demandera un suivi particulier adapté à votre traitement**. Il s'agit d'examens réguliers (examens cliniques, prises de sang, électrocardiogrammes...). Il est très important de vous conformer à ce suivi afin que soit détecté, au plus tôt, tout signe d'effets indésirables pour prendre les mesures qui s'imposent.

### ► Mieux vaut prévenir...

**Certaines mesures permettent d'anticiper des effets indésirables afin de les éviter ou d'en limiter l'intensité. Des conseils vous sont donnés dans le chapitre suivant.** N'hésitez pas à solliciter l'équipe soignante, qui saura vous répondre de manière personnalisée.

#### Ce qu'il faut retenir



- Chaque traitement peut être à l'origine **d'effets indésirables**.
- Ces effets sont généralement connus et répertoriés dans **la notice du médicament** qu'il est conseillé de lire attentivement.
- **Tout effet indésirable doit être signalé** à l'équipe soignante pour qu'elle puisse prendre des mesures correctives.
- Chaque traitement nécessite **un suivi médical particulier**, reposant sur des examens, pour surveiller l'apparition d'effets non ressentis. Il est impératif de bien réaliser tous ces examens.

Notice du Médicament



## EFFETS INDÉSIRABLES DES THÉRAPIES CIBLÉES : quels sont-ils ? comment les gérer ?



*Je vomis tout le temps, que faire ? Comment savoir si c'est un effet indésirable et non pas un symptôme du cancer ? Si ces effets sont bien connus, pourquoi ne pas prévenir leur apparition ? Je ne vais pas déranger le médecin pour ça...*

Chaque famille de traitements présente des types d'effets indésirables selon leurs modes d'action. La liste des effets indésirables habituellement observés avec les thérapies ciblées est présentée ici. **Les effets secondaires ne sont pas systématiques. Il se peut que vous n'en présentiez aucun** <sup>(2)</sup>.

Chaque molécule peut cependant présenter des effets spécifiques survenant avec une fréquence différente de celle observée en moyenne dans la famille. Pour ces spécificités, nous vous invitons à lire attentivement les notices des traitements qui vous sont administrés et à vous renseigner auprès de votre équipe soignante.

### ► Effets indésirables communs à la chimiothérapie conventionnelle et aux thérapies ciblées

#### • Les nausées et vomissements <sup>(2)</sup>

Les nausées et vomissements sont fréquents à très fréquents, c'est-à-dire qu'**ils peuvent toucher plus de 10 % des personnes traitées**.

Ils peuvent se concrétiser par différentes sensations plus ou moins intenses : modification du goût, mauvais goût dans la bouche, sensibilité à certaines odeurs, sensations d'écoeurement, envies de vomir/nausées, vomissements.

**Sachez qu'il existe des moyens d'agir en cas de mauvais goût dans la bouche, de sensation d'écoeurement, de gêne liée à une odeur pouvant entraîner des nausées.**

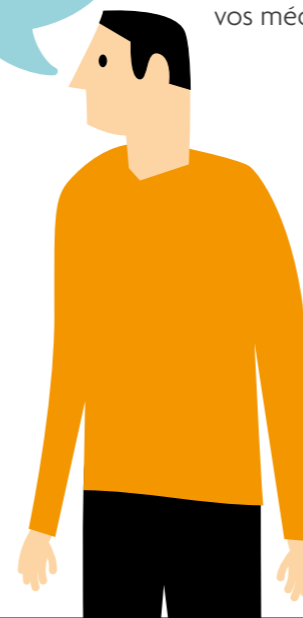
Évitez la sensation désagréable en choisissant des aliments qui vous plaisent et des méthodes de cuisson n'entraînant pas d'odeurs fortes. Préférez des aliments froids ou tièdes, émettant des odeurs moins fortes.

Vous pouvez détourner votre attention en vous concentrant sur une tâche prenante : lecture, télévision, discussion... Vous pouvez, enfin, tenter de masquer l'odeur ou le goût qui vous gêne à l'aide d'un bonbon mentholé.

**En cas de vomissements**, rincez-vous la bouche régulièrement à l'eau froide. Attendez de 2 à 3 heures avant de manger. Fractionnez les prises alimentaires en plusieurs petits repas légers. Mangez lentement, en mastiquant bien. Évitez les aliments lourds à digérer comme les fritures, les plats épicés. Buvez plutôt entre les repas. Certaines personnes sont soulagées par des boissons gazeuses fraîches, des colas notamment. Si

les vomissements vous gênent, parlez-en à l'équipe médicale qui peut vous prescrire des médicaments « antiémétiques ». Enfin, respectez bien les conditions de prise de vos médicaments.

Nausées ?



Fatigue ?



#### • La fatigue <sup>(2)</sup>

Il s'agit d'un véritable effet indésirable de certaines thérapies ciblées, qui vient s'ajouter à la fatigue liée à la maladie elle-même, à celle générée par d'autres effets indésirables du traitement (manque d'appétit, vomissements...) et par votre anxiété.

**Elle se prend en charge comme tout autre effet indésirable et ne doit pas être banalisée. Si elle vous gêne, parlez-en ! Il n'y a aucune honte à se sentir fatigué(e).**

S'il n'existe pas de traitement médical efficace contre la fatigue, de nombreux professionnels de santé peuvent vous aider à mieux la gérer. Un diététicien peut vous aider à mieux vous alimenter. Dans le cadre des soins de support, un kinésithérapeute ou un ergothérapeute peut vous aider à trouver les gestes du quotidien adaptés pour moins vous fatiguer, voire vous motiver à exercer une activité physique adaptée. L'activité physique constitue en effet le meilleur moyen de lutter contre la fatigue. Renseignez-vous auprès de l'équipe médicale pour connaître les soins de support proposés dans votre centre de soins.



### • Lésions de la bouche <sup>(2)</sup>

Certaines thérapies ciblées peuvent provoquer **une inflammation de la muqueuse buccale**. On parle de «mucite». Les lésions font penser à des aphtes douloureux. Dès leur apparition, parlez-en à l'équipe médicale, qui vous prescrira un traitement adapté contre la douleur.

**Les mucites** sont particulièrement gênantes pour s'alimenter. Les aliments acides, épicés, secs, durs, très chauds provoquent des douleurs. Il est conseillé d'éviter les noix, le gruyère ou l'ananas qui provoquent des aphtes, ainsi que l'alcool qui irrite. A l'inverse, les glaces et sorbets (éviter les fruits acides), les glaçons, les bonbons au menthol sont apaisants.

Il est conseillé de se brosser régulièrement les dents avec une brosse souple sur laquelle vous pouvez mettre un peu de bicarbonate de soude pour neutraliser l'acidité. Enfin, votre médecin peut vous prescrire des bains de bouche adaptés.

Faites la liste des aliments à éviter et surtout celle des aliments dont vous avez envie, cela facilitera les courses et donnera des idées à vos proches.

### • Troubles du transit <sup>(2)</sup>

**Les thérapies ciblées peuvent provoquer des diarrhées, parfois persistantes.** Dans un premier temps, pensez à consommer des aliments freinant le transit comme des pâtes, des pommes de terre cuites à l'eau, des carottes, de la gelée de coings, des bananes mûres. Evitez les aliments riches en fibres (pain et céréales complets, légumes et fruits crus). Parlez-en avec votre médecin, qui pourra également vous prescrire des médicaments antidiarrhéiques.

**D'autres thérapies ciblées entraînent, au contraire, une constipation.** Elle peut être aggravée par certains médicaments contre la douleur ou les vomissements et la baisse d'activité physique. Là encore, des **mesures diététiques** peuvent être bénéfiques. Consommez des aliments riches en fibres (fruits et légumes, compotes de pruneaux, céréales et pains complets).

**Hydratez-vous bien**, en buvant au moins 2 litres d'eau par jour. Faites de l'exercice selon vos possibilités pour stimuler le transit. En cas de constipation persistante, un laxatif pourra vous être prescrit mais **ne prenez aucun médicament ou probiotique sans avis médical.**



### • Perte des cheveux et des poils <sup>(2,8,9,10)</sup>

**Tout comme la chimiothérapie, les thérapies ciblées peuvent perturber le renouvellement du système pileux.** Les cellules du bulbe pileux se divisent rapidement et sont affectées par les traitements ciblant la multiplication cellulaire. Ce phénomène est sans gravité et **réversible à l'arrêt du traitement.** Cet effet est souvent difficile à vivre car, visible, il altère l'image de soi (cheveux, cils) et peut même perturber la vie intime (poils pubiens). De plus, il peut s'accompagner de **sensations désagréables** sur le cuir chevelu (picotements, démangeaisons). A l'inverse, les cils peuvent pousser exagérément et entraîner une irritation des yeux.

Si vous êtes affecté(e) par la chute de vos cheveux, vous pouvez la masquer à l'aide d'un foulard ou d'une perruque. Sachez que les perruques sont désormais **prises en charge par l'Assurance Maladie** et, le cas échéant, par votre mutuelle. Il vous faut, pour cela, obtenir une prescription, qui peut être renouvelée tous les 12 mois. Une prothèse capillaire ou des accessoires (couronnes de cheveux, accessoires en textile ou mixtes mêlés à des cheveux) peuvent aussi être pris en charge.

Certains médicaments provoquent au contraire une pousse excessive de poils sur le visage. **Une épilation du visage à la cire**, adaptée, par une socio-esthéticienne, en cas de retentissement esthétique et/ou psychologique peut alors être envisagée.



#### Effet indésirables : que faire ?

*Si vous ressentez quelque chose d'anormal, de gênant, listé ou non dans les effets indésirables attendus de votre traitement, faites-en part à l'équipe médicale. Il peut s'agir d'une manifestation atypique, inhabituelle ou encore méconnue. Et s'il s'agit d'autre chose, une prise en charge sera toujours nécessaire.*

## ► Effets indésirables spécifiques des thérapies ciblées

### • Affections de la peau et des ongles<sup>(2)</sup>

La peau est un organe en renouvellement constant. Elle est donc également affectée par les traitements antitumoraux. Selon les molécules, différents effets indésirables cutanés peuvent apparaître : prurit (démangeaisons et sécheresse), fissures, folliculite (inflammation et infection du bulbe pileux)... Tous ces troubles vont être accentués par des agressions extérieures : soleil, produits d'hygiène irritants (détergents, alcool, parfums), frottements, infections...

**Pour limiter les irritations, utilisez des produits d'hygiène sans alcool avec un pH proche de celui de la peau.** Hydratez votre peau 2 fois par jour et protégez-la du soleil à l'aide d'un photoprotecteur complet (UVA et UVB), d'indice élevé (SPF = 50), et appliqué toutes les 2 heures, même hors saison. Demandez à votre médecin ou à un dermatologue un désinfectant adapté en cas de folliculite. Portez des vêtements amples et des chaussures confortables.

Évitez les crèmes grasses, l'exposition de la peau à la chaleur ou au froid, les pansements adhésifs et bandages serrés, les chaussures à talon ou serrées. En cas de lésions des ongles, il peut être préférable de vous faire faire une manucure et une pédicure soigneuses et non agressives.

### Effets indésirables : comment en parler ?

*Allez toujours au plus simple, avec vos mots. N'ayez ni peur, ni honte de vous plaindre, quel que quel que soit votre problème, même s'il paraît n'avoir rien à voir avec votre cancer. Si trivial ou intime soit-il, l'équipe médicale comprend ce que vous éprouvez et saura reconnaître la raison de votre plainte. Sa seule limite est qu'elle ne peut connaître et prendre en charge que les symptômes que vous lui communiquez.*

S'ils sont infectés (paronychies), votre médecin vous prescrira des traitements adaptés : désinfectants et corticoïdes locaux. Des antidouleurs sont parfois nécessaires.

Il est recommandé de ne pas vous couper les ongles trop court, et de ne pas les ronger, ni d'arracher les peaux sur leur pourtour.

### • Troubles digestifs<sup>(2)</sup>

La digestion peut être ralentie et devenir douloureuse. Une adaptation de votre alimentation, avec l'aide d'un diététicien, peut permettre de résoudre cet inconfort.



### • Affection des yeux<sup>(2)</sup>

#### ► Troubles oculaires

Selon le traitement par thérapie ciblée prescrit, vous pouvez ressentir une irritation, une sécheresse oculaire ou avoir les yeux qui pleurent. Une inflammation peut se développer au niveau du bord de la paupière (blépharite), à l'intérieur de la paupière (conjonctivite) ou à la surface de l'œil (kératite). Le risque est majoré si vous portez des lentilles. Les cils peuvent aussi pousser de manière anarchique.

**En cas de sécheresse oculaire,** des larmes artificielles peuvent vous soulager. Si une blépharite se développe, il est conseillé de nettoyer doucement la paupière, puis d'appliquer des compresses chaudes. En cas de douleur ou d'inflammation, faites-en part à l'équipe médicale, qui vous proposera un traitement adapté.

#### ► Troubles de la vision

Certains traitements peuvent perturber la vue, provoquant l'apparition de stries, de flashes lumineux, plus particulièrement quand il fait sombre. Ces phénomènes visuels n'ont aucune conséquence sur la vue, mais peuvent se révéler gênants surtout si vous conduisez.



### • Troubles de la coagulation<sup>(2)</sup>

Des phlébites et des embolies pulmonaires, liées à la formation d'un caillot venu boucher la circulation sanguine, ont été observées sous thérapie ciblée. La phlébite se manifeste par l'apparition d'une rougeur, d'une chaleur, d'un gonflement, d'une douleur au niveau du mollet. L'embolie pulmonaire se traduit par un essoufflement anormal, voire une douleur à la poitrine. L'apparition d'un caillot est favorisée par le fait de rester immobile, alité et par le tabac. Il est très important de bouger vos jambes très régulièrement, voire de porter des bas de contention mais aussi, et surtout, de ne pas fumer. Un traitement préventif à base d'anticoagulants peut être envisagé. **Si l'un des symptômes décrits ci-dessus apparaît, il est nécessaire d'être pris en charge à l'hôpital, le plus rapidement possible.**





### • Troubles de la cicatrisation <sup>(2)</sup>

La cicatrisation peut être ralentie. Une éventuelle plaie ou la suite d'une intervention nécessiteront alors un suivi attentif par l'équipe médicale.

### • Surveillances particulières <sup>(2)</sup>

**Certaines molécules peuvent avoir un effet toxique sur les reins, le foie ou le cœur.** Elles sont contre-indiquées si vous présentez des antécédents de maladie affectant l'un de ces organes et imposent, dans tous les cas, une surveillance régulière pendant le traitement.

### ► Désir d'enfant <sup>(2)</sup>

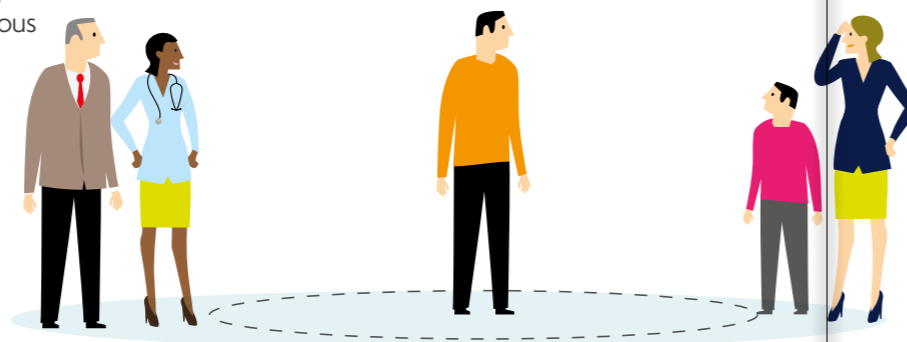
Les thérapies ciblées peuvent affecter la possibilité de concevoir un enfant. Elles peuvent aussi être toxiques pour le fœtus. **La grossesse est donc le plus souvent contre-indiquée pendant le traitement et jusqu'à 6 mois après son arrêt.** Une contraception efficace est recommandée jusqu'à ce terme. Si vous nourrissez le projet d'avoir un enfant, vous devez en parler avec votre médecin. Il pourra vous proposer des moyens de préserver votre fertilité et vous orienter vers un service spécialisé.

### ► Isolement social et relations avec vos proches <sup>(1)</sup>

La survenue d'effets indésirables, en particulier les plus voyants (perte de cheveux, affection cutanée, œdème...) ou handicapants (nausées/vomissements, fatigue) peut vous pousser à rester chez vous, «en attendant que ça passe»... Ce repli tend à vous éloigner de vos proches.

Ce sentiment peut alors être interprété comme une volonté de votre part de ne pas être dérangé(e), pour vous reposer. Insidieusement, une lente spirale se met en place qui vous éloigne de plus en plus de vos proches. Le risque est grand de vous retrouver progressivement isolé(e), alors que vous traversez une épreuve nécessitant d'être aidé(e), soutenu(e), compris(e), aimé(e).

**N'ayez pas peur de demander de l'aide mais ne craignez pas non plus de dire quand vous êtes fatigué(e).** Exprimez vos sentiments, vos sensations, vos expériences pour être compris(e). Cela facilitera grandement vos relations avec ceux qui vous sont chers et qui ont autant besoin de vous que vous n'avez besoin d'eux.



### ► Automédication, régimes et médecines alternatives <sup>(2)</sup>

Vous pouvez être tenté(e) «d'aider» un peu la médecine en traitant par vous-même certains maux ou effets indésirables à l'aide de médicaments que vous avez l'habitude de prendre par ailleurs, des compléments alimentaires ou des traitements à base de plantes qui paraissent inoffensifs.

**Ce genre d'initiative peut, hélas, avoir des conséquences graves. Certaines plantes peuvent nettement diminuer l'efficacité de votre traitement.** Les régimes qui vous conseillent d'affamer votre cancer en arrêtant de vous nourrir ne font que vous affaiblir et diminuer votre capacité à lutter contre le cancer et à supporter les effets indésirables. Ayez le réflexe d'en parler avec votre équipe médicale pour évaluer, avec elle, les bienfaits possibles de ces démarches et éviter tout risque pour votre santé.

#### Préparez votre prochaine visite :

*Faites-vous un carnet de suivi que vous aurez en permanence, sur lequel vous noterez toutes les questions qui vous passent par la tête et relèverez tous les effets indésirables que vous ressentirez en les quantifiant. Cela vous permettra de garder une trace et de ne pas oublier de tout mentionner à votre équipe soignante lors de vos consultations.*

#### Ce qu'il faut retenir



- Les thérapies ciblées peuvent provoquer **des effets indésirables très variés**. Ce n'est pas pour autant qu'il surviendront tous.
- Il existe des moyens efficaces de prévenir l'apparition de certains effets indésirables, puis de les traiter lorsqu'ils sont là. Il est donc essentiel de rapporter tout ce qui ne va pas, tout ce qui vous gêne, tout ce qui vous semble anormal à l'équipe médicale pour qu'elle puisse y apporter une solution : **elle ne peut traiter que les symptômes que vous lui rapportez.**
- La **sensation de fatigue** est fréquente et handicapante. Ce n'est pas parce qu'elle s'explique, qu'elle est normale et que l'on n'y peut rien. Elle se prend en charge comme les autres symptômes.
- **Ne vous laissez pas tenter par l'isolement.** Il est délétère pour vous, comme pour ceux qui vous entourent.
- Ne prenez **JAMAIS** aucun autre traitement, ni plante ni complément alimentaire sans l'avis de votre médecin.



## QUE SE PASSE-T-IL SI JE NE SUPPORTE PAS MON TRAITEMENT ?



*J'ai le sentiment que le traitement est pire que la maladie. Je me sens tellement mal, je vais baisser la dose. J'arrête tout et on verra bien. Pourquoi passer à un autre traitement si c'est pour avoir les mêmes effets indésirables ?*

### ► Vous tolérez mal votre traitement : que faire ? <sup>(2)</sup>

La première des choses est d'en parler à votre médecin avant d'agir par vous-même. **Ne changez jamais la posologie (dose et rythme de prise) de votre propre initiative.** Si vous êtes confronté(e) à un effet indésirable, contactez rapidement l'équipe médicale qui vous suit. Elle vous donnera la marche à suivre. Si c'est impossible, rendez vous aux urgences du centre de soins le plus proche ou appelez le 15.

### ► Si je ne supporte pas mon traitement, est-ce que je serai quand même traité(e) ? <sup>(2,12)</sup>

En cas de traitement mal toléré, votre médecin a plusieurs possibilités d'intervenir selon le type d'effet indésirable, la dose prescrite et votre état de santé général.

#### ► Adaptation de la dose

Votre médecin pourra vous prescrire une diminution momentanée de la dose jusqu'à disparition de l'effet indésirable en cause. **En fonction de votre évolution, l'équipe médicale vous proposera la posologie la plus adaptée à votre état.**

#### ► Arrêt momentané du traitement

La sévérité de l'effet indésirable peut imposer un arrêt total du traitement jusqu'à disparition complète et durable de l'effet indésirable. Il est ensuite repris à dose progressive ou à pleine dose. **Vous serez, dans ce cas, suivi(e) de manière plus rapprochée.**

#### ► Changement de traitement

Si l'effet indésirable posant problème est spécifique d'une thérapie ciblée particulière, **il est parfois possible de vous changer de traitement** afin de supprimer cet effet indésirable. Le nouveau traitement qui vous sera proposé exigera un suivi approprié.

### Ce qu'il faut retenir



- En cas d'**effets indésirables insupportables**, rapprochez-vous au plus vite de votre centre de soins ou d'un service d'urgence.
- Si vous tolérez mal votre traitement, votre médecin peut **adapter momentanément votre traitement** ou vous en prescrire un nouveau.





DANS LA COLLECTION « CANCER DU POUMON »  
RETROUVEZ AUSSI



LES BASES



LES SOINS  
DE SUPPORT



LES TRAITEMENTS



DU DIAGNOSTIC  
À LA PRISE EN CHARGE



PARCOURS DE VIE



MIEUX TOLÉRER SON TRAITEMENT  
PAR THÉRAPIE CIBLÉE

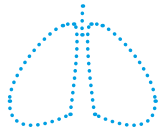


... Disponibles en téléchargement sur [PactOnco.fr](https://www.pactonco.fr)



## BIBLIOGRAPHIE

1. Pharmacovigilance d'Ile de France. Qu'est-ce qu'un effet indésirable. Consulté le 25/02/2020
2. Institut National du Cancer. Les traitements des cancers du poumon. Guides patients 2018.
3. Institut National du Cancer. Thérapies ciblées : modes d'action. Consulté le 25/02/2020.
4. Baldacci, S., Mascaux, C., & Cortot, A. (2019). Oncogenèse pulmonaire : comprendre les addictions oncogéniques et les résistances. *Revue Des Maladies Respiratoires Actualités*, 11(3), 184–192.
5. Falzone L, Salomone S and Libra M. Evolution of Cancer Pharmacological Treatments at the Turn of the Third Millennium. *Front. Pharmacol.* 2018 Nov 13;9:1300.
6. Lacouture M. & Sibaud V. Toxic Side Effects of Targeted Therapies and Immunotherapies Affecting the Skin, Oral Mucosa, Hair, and Nails. *Am J Clin Dermatol.* 2018 Nov;19(Suppl 1):31-39.
7. Ministère des solidarités et de la santé. La pharmacovigilance. Consulté le 25/02/2020.
8. Institut National du Cancer. Chute des cheveux. Consulté le 25/02/2020.
9. Ameli. Des perruques prises en charge à 100 % par l'Assurance Maladie. Consulté le 25/02/2020.
10. Association Francophone des Soins de Support. La socio-esthétique en cancérologie. Consulté le 25/02/2020.
11. Institut National du Cancer. Communiquer. Consulté le 25/02/2020.
12. Institut National du Cancer. Médicaments ciblant ALK : crizotinib, céritinib. Anticancéreux par voie orale : informer, prévenir et gérer leurs effets indésirables. Mars2016.



poumon



Personnalisation de l'ACcompagnement  
du patient en ONCologie



SUDLER  
PARIS

PP-ONC-FRA-0965 - 04/2020 - Pfizer. Société par actions simplifiée au capital de 47.570 €. Sièges social 23-25 avenue du Docteur Lannelongue - 75014 Paris - 433 623 550 RCS Paris. Locataire-gérant de Pfizer Holding France. Tous droits réservés.