

Effets indésirables les plus fréquents **Prévention et conduite à tenir en cas de :**

Diminution du nombre de certaines cellules sanguines

⇒ **Programmation régulière de prises de sang.**

Consultez sans attendre votre médecin traitant, en cas de fièvre (température supérieure ou égale à 38°C), frissons ou tout autre signe d'infection (toux, mal de gorge, sensation de brûlures urinaires...) et en cas de saignement de nez.

Ne prenez pas de paracétamol sans avis médical.

Diarrhées ⇒ **Buvez au moins 2 litres d'eau par jour.**

Limitez votre consommation de lait, de café.

Évitez l'alcool, les boissons gazeuses, les matières grasses, les aliments riches en fibres (légumes verts, céréales, fruits etc).

Privilégiez les viandes blanches, les poissons maigres, le riz, les féculents, les pommes de terre, les carottes, les bananes...

Si votre médecin vous a prescrit un traitement anti-diarrhéique, prenez-le.

Si votre diarrhée persiste, contactez votre médecin traitant.

Nausées, vomissements,

Prenez :

- les antiémétiques prescrits par votre médecin,

- des repas légers et fractionnés (5 à 6 repas par jour).

Buvez fréquemment de l'eau fraîche, du cola dégazéifié, par petites gorgées entre les repas.

Évitez les aliments frits, gras, épicés, trop sucrés

Troubles cutanés : éruption cutanée, photosensibilité

⇒ Potégez-vous du soleil, utilisez un savon surgras et du maquillage hypoallergénique.

Ulcérations buccales / aphtes :

⇒ Faites des **bains de bouche** sans alcool.

Utilisez une brosse à dents souple et un dentifrice doux sans menthol après chaque repas.

Évitez les aliments épicés, trop chauds, acides et irritants.

Humidifiez votre bouche avec un brumisateur.

En cas de douleurs diffuses ou de brûlures : contactez votre médecin traitant.

Toux, difficultés à respirer ⇒ **Consultez rapidement votre médecin traitant.**

Ce traitement nécessite un suivi biologique : des analyses vous seront donc prescrites.



Vous présentez des effets indésirables qui vous inquiètent : **contactez votre médecin traitant**, il décidera de la meilleure conduite à tenir.



Pour toute information complémentaire, veuillez vous reporter à la notice.

Aide mémoire

METHOTREXATE **METHOTREXATE BELLON®**

Forme / Présentation / Prix

- **Forme** : Comprimé rond dosé à 2,5 mg, jaune-crème, avec l'inscription « METH » sur une face.
13 mm de diamètre.



- **Présentation** : Flacon en plastique contenant 20 comprimés.

- **Prix** : 4,27 € le flacon de 20 comprimés, soit 0,21 € le comprimé.

Tampon de la pharmacie

Votre posologie est stricte et individuelle, pour l'établir votre médecin tient compte du type de votre maladie, de vos antécédents et de votre tolérance au traitement.

La chimiothérapie orale est un traitement anticancéreux, ce traitement nécessite **un suivi rigoureux**.

Consignes générales



Méthotrexate **ne doit pas être pris tous les jours** mais **UNE SEULE fois par semaine**.

Notez systématiquement chaque prise ou oubli dans un carnet de suivi.

Vous ne devez jamais couper, écraser, mâcher ni sucer les comprimés de Méthotrexate.



Si vous avez oublié une prise de Méthotrexate, **prenez la prise oubliée le jour suivant et décalez les prises ultérieures, d'une journée.**

Ne doublez pas la dose pour compenser une dose oubliée.

En cas de vomissements, contactez votre médecin prescripteur.

Si vous avez pris accidentellement trop de comprimés, contactez immédiatement votre médecin traitant.



N'arrêtez jamais votre traitement ou ne modifiez pas le rythme d'administration sans avis de votre médecin prescripteur.



Lavez-vous soigneusement les mains **avant et après** chaque prise.



Conservez votre traitement hors de la portée et de la vue des enfants.



Rapportez à votre pharmacie tous les comprimés endommagés ou inutilisés : ne les jetez pas dans la poubelle avec les ordures ménagères.

N'ayez jamais recours à **l'AUTOMEDICATION** (même certains médicaments ou tisanes à base de plantes comme le millepertuis) : il existe un risque d'interactions médicamenteuses.

➔ **Parlez-en à votre pharmacien ou à votre médecin traitant.**

Donnez leur la liste complète de vos médicaments, même ceux vendus sans ordonnance.

Quand devez-vous prendre **METHOTREXATE** ?



En une seule prise, **une fois par semaine**, avec un verre d'eau, **le même jour d'une semaine à l'autre**.

Prenez votre traitement toujours au même moment de la journée.

Comment devez-vous conserver **METHOTREXATE** ?



Dans son flacon d'origine. Ne pas mettre dans un pilulier.

A température ambiante (entre 15°C et 25°C).

A l'abri de l'humidité et de la lumière.

Exposition au soleil ?



Le Méthotrexate est **photosensibilisant**.

L'exposition au soleil est fortement déconseillée : protégez-vous avec un écran haute protection d'indice 50 et +, un chapeau, un vêtement à manches longues et des lunettes de soleil.

Chute des cheveux sous **METHOTREXATE** ?



Cet effet indésirable est possible mais réversible à l'arrêt du traitement.

Vous avez la possibilité de porter une perruque (prise en charge partielle par l'assurance maladie)

Limitez les soins agressifs : teinture et permanente.



Votre vie en pratique ?



Utilisez une contraception efficace pendant le traitement et dans les mois qui suivent l'arrêt (3 mois après pour les femmes, 5 mois pour les hommes).

L'allaitement est contre-indiqué pendant le traitement.

Évitez de consommer de l'alcool durant le traitement.

Pratiquez une **activité physique** : cela contribue à une meilleure qualité de vie corporelle et physiologique.

Si vous partez en **vacances**, **emportez toujours votre ordonnance** ainsi que **votre carte vitale** et faites activer votre dossier pharmaceutique (DP).

