

# Aide mémoire

## TAMOXIFENE NOLVADEX®

### Formes / Présentation / Prix

- **Formes** : Comprimés pelliculés, ronds, biconvexes, blancs avec une face lisse et l'autre face gravée :

- « NOLVADEX 10 » sur les comprimés de 10 mg,
- « NOLVADEX 20 » sur les comprimés de 20 mg.



- **Présentation** : Boîte de 30 comprimés, sous plaquettes thermoformées.

- **Prix** :

**4,59 €** la boîte de **30 comprimés à 10 mg**, soit **0,15 €** le comprimé.

**9,60 €** la boîte de **30 comprimés à 20 mg**, soit **0,32 €** le comprimé.

**Contient du lactose.**

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.

L'hormonothérapie orale est un traitement anticancéreux, ce traitement nécessite **un suivi rigoureux**.

## Consignes générales



Respectez votre prescription médicale et notez systématiquement chaque oubli sur un carnet



Vous ne devez jamais écraser, mâcher ni sucer les comprimés de Tamoxifène (Nolvadex®).

Si vous avez oublié une prise de médicaments ou en cas de vomissements : attendez la suivante et **ne doublez pas les quantités**.



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



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



**Conservez votre traitement hors de la portée 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 exemple le millepertuis) : il existe un risque d'interactions médicamenteuses.

**Ne consommez pas de soja.**

→ **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 Tamoxifène (NOLVADEX®) ?



**Tous les jours** avec un grand verre d'eau, **à la même heure**, et de la même manière : **toujours au cours d'un repas ou toujours en dehors d'un repas.**

## Comment devez-vous conserver Tamoxifène (NOLVADEX®) ?



Dans sa boîte d'origine.  
A l'abri de l'humidité et de la lumière.  
A une température ne dépassant pas 30°C.

## Exposition au soleil ?



Même si Tamoxifène (NOLVADEX®) n'est pas photosensibilisant, l'exposition au soleil n'est pas recommandée : protégez-vous avec une crème solaire très haute protection (indice 50+), un chapeau, un vêtement à manches longues et des lunettes de soleil.

## Chute des cheveux sous Tamoxifène (NOLVADEX®) ?



Cet effet indésirable est rare.  
Limitez les soins agressifs type teinture ou permanente.



## Votre vie en pratique ?



Utilisez une **contraception** efficace pendant le traitement et jusqu'à 2 mois après l'arrêt du traitement.

L'allaitement est interdit pendant le traitement.

Tamoxifène (NOLVADEX®) peut provoquer des troubles visuels, soyez prudent en cas de conduite de machines ou de véhicules.

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

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



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

### **Bouffées de chaleur**

⇒ **Évitez les facteurs déclenchants** comme l'alcool, la caféine, le tabac, les aliments chauds et épicés. Buvez beaucoup d'eau fraîche. Restez au frais. Portez des vêtements légers.

Si ce symptôme vous incommode, consultez votre médecin traitant.

### **Anomalies bénignes de l'utérus, pertes blanches, prurit vulvaire, ou sécheresse vaginale**

En cas de **perte de sang en dehors des règles**, consultez très rapidement votre gynécologue ou votre médecin traitant. Effectuez une surveillance gynécologique annuelle pendant toute la durée du traitement.

⇒ Gels lubrifiants en cas de rapports sexuels douloureux. Si ce symptôme vous incommode, consultez votre médecin traitant.

### **Douleurs musculaires ou articulaires**

⇒ Faites des exercices légers (marche). Prenez du paracétamol si nécessaire. Si ces douleurs persistent ou vous incommode, consultez votre médecin traitant.

### **Nausées, vomissements**

**Prenez :** des repas légers et fractionnés (5 à 6 repas par jour).

**Buvez fréquemment** de l'eau fraîche, du cola dégazéifié, par petites gorgées.

### **Absence de règles ou cycles irréguliers chez les femmes non ménopausées**

Durant le traitement et jusqu'à 2 mois après l'arrêt du traitement, prenez une contraception efficace adaptée en demandant l'avis à votre médecin traitant.

### **Troubles visuels, cataracte et rétinopathie.**

**Prenez contact** avec votre ophtalmologiste.



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.