



QU'EST-CE QUE ARIMIDEX® ANASTROZOLE ?

- Un antihormonal utilisé dans le traitement de certains cancers du sein chez la femme ménopausée
- Prescrit et renouvelé par votre médecin spécialiste en cancérologie ou par votre médecin traitant
- Disponible en pharmacies de ville sur présentation de votre ordonnance




- Comprimé pelliculé, blanc, rond, biconvexe, dosé à **1 mg**, avec l'inscription « A » sur une face et « Adx1 » sur l'autre face
- *Des génériques de forme et de couleur différentes existent*



- A conserver à température ne dépassant pas 30°C, hors de la vue et de la portée des enfants.
- Ne sortez pas les comprimés du blister pour les mettre dans un pilulier.
- Lavez-vous soigneusement les mains avant et après chaque manipulation des comprimés.
- Ne jetez pas les conditionnements entamés, merci de les rapporter à votre pharmacien.

COMMENT PRENDRE CE MÉDICAMENT ?

Quand ?h.....	= 1 prise par jour à heure fixe pendant ou en dehors d'un repas
Comment ?		Avalez le comprimé entier, avec de l'eau, chaque jour au même moment de la journée. Ne pas mâcher, ni couper, ni écraser, ni dissoudre.

Vous pouvez vous aider du **carnet de suivi*** et d'un **calendrier** pour repérer les prises.
N'arrêtez jamais ou ne modifiez jamais le rythme de prise de votre traitement sans l'avis de votre médecin.
Cette fiche n'est pas une ordonnance, référez-vous à votre ordonnance la plus récente.

QUE FAIRE EN CAS D'OUBLI OU DE VOMISSEMENT ?

- **En cas d'oubli**, ne prenez pas la dose manquée. La dose suivante sera prise à l'heure habituelle, sans la doubler. Pensez à le noter dans votre carnet de suivi*.
- **En cas de vomissement**, ne prenez pas de nouvelle dose. La dose suivante sera prise à l'heure habituelle, sans la doubler. Pensez à le noter dans votre carnet de suivi*.

INTERACTIONS AVEC D'AUTRES MÉDICAMENTS ET/OU VOTRE ALIMENTATION



Vérifiez avec **votre médecin et votre pharmacien** que les médicaments (prescrits ou non) et/ou autres substances (aliments, épices et plantes, probiotiques, huiles essentielles, compléments alimentaires...) et produits dérivés que vous utilisez sont **compatibles avec votre traitement**. Les molécules qu'ils contiennent, leur dose et leur fréquence de consommation peuvent interagir avec votre traitement et conditionner efficacité et survenue d'effets secondaires.



- Ce médicament ne doit être utilisé que chez les femmes ménopausées.

*Carnet de suivi disponible sur le site www.omedit-fiches-cancer.fr

Comme tous les médicaments, anastrozole peut entraîner des effets indésirables mais il est possible que vous n'en éprouviez aucun.

Effets indésirables	Prévention
 Chute de cheveux	Chute de cheveux réversible dès l'arrêt du traitement. Utilisez un peigne à larges dents ou une brosse à poils naturels souples. Choisissez un shampoing doux, rincez vos cheveux à l'eau tiède et séchez-les à l'air libre ou à basse température. Evitez brushings, mises en plis, permanentes et colorations qui fragilisent vos cheveux.
 Éruption cutanée	Utilisez un gel ou pain dermatologique sans savon. Evitez l'eau chaude. Séchez par tamponnement. Appliquez un agent hydratant (crème ou lait). Evitez les expositions au soleil, surtout entre 12h et 16h. Portez des vêtements protecteurs, même sous un parasol (réflexion des UVA). Utilisez une protection cutanée d'indice ≥ 50 , à appliquer 30 min avant exposition et à renouveler toutes les 2h.
 Effets digestifs : diarrhée, nausées, vomissements	Surveillez votre poids et pensez à bien vous hydrater (1,5 à 2L d'eau/jour). En cas de diarrhée , privilégiez une alimentation pauvre en fibres (féculents, carotte, banane...). Evitez certains aliments qui peuvent stimuler le transit intestinal (laitages, fruits-légumes crus, céréales, aliments gras, épices). En cas de nausées/vomissements , fractionnez votre alimentation en plusieurs repas légers et mangez lentement. Evitez les aliments gras, frits et épicés, et ceux dont l'odeur peut déclencher les nausées. Evitez de rester l'estomac vide, cela accentue les nausées. Buvez plutôt entre les repas. Utilisez les médicaments antiémétiques qui vous ont été prescrits le cas échéant.
 Douleurs articulaires, musculaires, ostéoporose	Pratiquez une activité physique régulière et adaptée (marche, natation). Echauffez-vous au préalable. Pensez à bien vous hydrater avant, pendant et après un effort. Evitez les mouvements répétitifs et les efforts physiques importants. Aidez-vous d'une canne pour soulager les articulations. Consommez des aliments riches en calcium et vitamine D (produits laitiers, poissons gras, œufs...).
 Troubles de l'humeur	Perte de motivation, tristesse, angoisse, troubles du sommeil peuvent être des symptômes de dépression. Dormez suffisamment et ayez des horaires réguliers pour le coucher et le lever. Respectez des temps de repos dans la journée en conservant une activité même modérée. Votre médecin pourra vous proposer une psychothérapie parfois associée à un traitement médicamenteux.
 Bouffées de chaleur	Rafraîchissez-vous avec un brumisateur ; hydratez-vous régulièrement. Privilégiez les vêtements en coton ; ne vous couvrez pas trop. Evitez les déclencheurs (cigarette, alcool, aliments épicés, stress).
 Augmentation du taux de cholestérol	Limitez la consommation d'acides gras saturés (ex : fromage, crème fraîche, beurre, viandes grasses, charcuterie). Privilégiez les poissons maigres, les céréales, les féculents, les produits laitiers, les fruits et légumes, ainsi que la cuisson à la vapeur ou à l'eau. Pratiquez une activité physique régulière et adaptée.
 Maux de tête, fatigue	Buvez suffisamment (1,5 à 2L d'eau/jour) et privilégiez une alimentation saine, à heures régulières. Limitez l'usage de psychostimulants (ex : café, tabac et alcool). Respectez des temps de repos dans la journée en conservant une activité même modérée. Couchez-vous à heure régulière ; évitez les couchers tardifs, les grasses matinées. Soyez prudent en cas de conduite automobile.

Seuls certains des effets indésirables les plus fréquents sont listés ci-dessus. Pour en savoir plus, reportez-vous à la notice de votre médicament ou demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien.

Vous pouvez également poser une question auprès de votre [centre régional de pharmacovigilance](#) ou déclarer tout effet indésirable sur le site : signalement-sante-gouv.fr

Dans tous les cas, pensez à faire pratiquer les examens biologiques prescrits par votre médecin.

QUE FAIRE EN CAS DE SURVENUE D'EFFET(S) INDÉSIRABLE(S) ?

- Prenez les médicaments prescrits contre les effets indésirables en respectant les doses.
- Respectez les mesures de prévention.

Contacts utiles :

Contactez rapidement votre médecin en cas de :

- Réaction sévère de la peau avec ulcères ou cloques
- Prise de poids rapide et inattendue
- Tout effet indésirable persistant ou s'aggravant



Remarques :