



Ce médicament vous a été prescrit pour soulager les symptômes causés par une tumeur au cerveau et son traitement. Cette fiche vous renseigne sur la façon de le prendre et sur les moyens de soulager ses effets secondaires, si vous en avez.

Qu'est-ce que la dexaméthasone ?

La dexaméthasone agit comme une hormone produite par votre corps, le cortisol. Ce médicament contient un anti-inflammatoire de la famille de la cortisone.



Pourquoi mon médecin m'a-t-il prescrit ce médicament ?

La dexaméthasone agit pour réduire une inflammation ou une enflure dans le cerveau. Cette enflure peut être causée par une tumeur, une opération ou des traitements de radiothérapie.

Quelle sera la durée de mon traitement ?

La durée du traitement varie d'une personne à l'autre. Elle dépend de votre état de santé, de vos symptômes et des traitements que vous recevez.

Comment dois-je prendre ce médicament ?

La dexaméthasone est une pilule à avaler. Il est important de :

- respecter les doses prescrites
- prendre les doses à des moments fixes de la journée, sinon vos symptômes seront moins bien contrôlés
- prendre le médicament avec de la nourriture (un repas ou une collation) afin d'éviter le plus possible les brûlures d'estomac



Que faire si j'ai oublié de prendre une dose ?

Si vous réalisez que vous avez oublié de prendre une dose, prenez-la aussitôt, la même journée.

Mais si vous réalisez que vous avez oublié de prendre une dose le jour précédent, ne prenez pas cette dose. Il ne faut jamais dépasser la dose maximale prescrite par jour. Avisez votre infirmière-pivot ou votre médecin de cet oubli.

Que faire si j'ai dépassé la dose recommandée du médicament ?

Avisez votre infirmière-pivot ou votre médecin.

Pourquoi ne faut-il jamais arrêter le traitement d'un coup ?

Quand vous prenez ce médicament, votre corps s'habitue à produire moins de cortisol. Un arrêt progressif (sevrage) est nécessaire pour que le corps reprenne peu à peu sa production normale de cortisol. Le médecin réduira peu à peu votre dose de dexaméthasone en tenant compte de votre état de santé.

Si vos symptômes empirent pendant votre sevrage, avisez votre infirmière-pivot ou votre médecin.



Rappelez-vous qu'il est important de ne jamais arrêter d'un coup de prendre votre médicament.

Y a-t-il des effets secondaires ?

Oui, mais il existe des moyens pour les diminuer. Voir l'annexe 1, page 4.

Comment s'assurer de bien manger durant le traitement ?

Voir l'annexe 2, page 6.

Est-ce que je peux prendre ce médicament enceinte ou si j'allaite ?

Si vous êtes enceinte ou prévoyez l'être bientôt, ou si vous allaitez, parlez-en avec votre médecin.



Que faire si je prends d'autres médicaments ou des produits de santé naturels ?

Dites à votre médecin tous les médicaments que vous prenez, avec ou sans ordonnance. Listez aussi les vitamines, les minéraux et les produits de santé naturels. Il vous dira si vous pouvez continuer à les prendre comme vous le faites ou non. Certains produits de santé naturels, comme la griffe du chat et l'échinacée, ont un effet sur le traitement à la dexaméthasone.

Si vous devez recevoir des vaccins, prévenez votre médecin.



Que faut-il savoir d'autre et d'important à propos du médicament ?

Si vous prenez de la dexaméthasone pendant plusieurs semaines, il est recommandé de porter un bracelet indiquant que vous prenez ce médicament. Si vous avez un problème, il faut que l'on sache que ce médicament ne peut pas être arrêté d'un coup.

Il est important de connaître votre dose de dexaméthasone. Cette question pourrait vous être demandée par différents professionnels de la santé.

Ayez toujours avec vous une liste des médicaments que vous prenez.
Demandez-la à votre pharmacien

À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

N'hésitez pas à poser vos questions à l'un ou l'autre des membres de votre équipe de soins : l'infirmière-pivot, le médecin ou le pharmacien. Avant vos rendez-vous avec votre médecin, notez par écrit les questions que vous voulez lui poser.



Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.



LIGNE SANTÉ PATIENT CHUM

514 890-8086

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Vous êtes un patient du CHUM?

Vous avez des questions sur votre état de santé? Une infirmière peut vous aider.



RESSOURCES UTILES

Le Guide alimentaire canadien :

> hc-sc.gc.ca

Dans le champ Recherche, tapez Guide alimentaire canadien.

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante



BLOC-NOTES



Questions

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

Discutez de vos symptômes avec votre médecin et suivez les conseils suivants pour les diminuer.

Effets secondaires	Que faire pour les réduire
<p>Perte ou faiblesse musculaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Restez actif. - Faites des exercices de renforcement musculaire (voir la fiche Des exercices à faire pour renforcer vos muscles). - Consommez des aliments riches en protéines. (voir la fiche Alimentation riche en protéines et en énergie). 
<p>Brûlures d'estomac</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prenez la dexaméthasone avec de la nourriture. Prenez vos médicaments antiacides, si le médecin vous en a prescrits. - Évitez ou limitez la consommation d'alcool, de caféine et d'aliments épicés.
<p>Changements de comportement</p> <p>La plupart des personnes qui prennent de la dexaméthasone vivent des changements de comportement à un moment ou à un autre du traitement (ex. : agitation, euphorie, dépression)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cet effet secondaire s'atténuera ou disparaîtra à la fin du traitement. - Maintenez un rythme de vie sain (bonne alimentation, exercices, relations sociales). 
<p>Problèmes de sommeil (difficulté à s'endormir ou réveils durant la nuit)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Faites une activité relaxante avant de vous coucher (musique, lecture, bain, yoga, méditation). - Évitez les écrans (cellulaire, tablette, ordinateur, télévision) - Évitez de prendre de la caféine le soir. - Prenez un médicament pour favoriser le sommeil, si le médecin vous en a prescrit. - Prenez votre dernière dose de dexaméthasone au plus tard à 19 h.

Effets secondaires	Que faire pour les réduire
Augmentation de l'appétit ou prise de poids	<ul style="list-style-type: none"> - Mangez 3 repas sains et bien équilibrés par jour, et des collations si nécessaire, basés sur le Guide alimentaire canadien. - Mangez des fruits, des légumes et des aliments faibles en gras et en sucre. - Restez actif. - Essayez d'avoir un poids santé. - Consultez une nutritionniste. 
Enflure des mains, des pieds ou du visage (rétention d'eau)	<ul style="list-style-type: none"> - Mettez vos pieds surélevés quand vous êtes assis. - Évitez les vêtements serrés. - Réduisez le sel de table dans vos repas et vos collations. - Consultez une nutritionniste.
Perte osseuse (ostéoporose)	<ul style="list-style-type: none"> - Restez actif. - Consommez des aliments riches en calcium et en vitamine D. - Prenez des suppléments de vitamines et de minéraux, selon les recommandations de votre médecin.
Augmentation du taux de sucre dans votre sang (hyperglycémie)	<ul style="list-style-type: none"> - Prenez des repas sains et bien équilibrés, basés sur le Guide alimentaire canadien. - Limitez votre consommation d'aliments riches en sucre. - Consommez des aliments riches en fibres. - Soyez attentif aux symptômes d'hyperglycémie : besoin fréquent d'uriner, fatigue, soif continue, étourdissements, troubles de la vision. - Respectez vos rendez-vous de prises de sang pour surveiller votre taux de sucre. - Si vous êtes atteint de diabète, prenez soin de bien prendre vos médicaments. - Consultez une nutritionniste.
Risques d'infection	<ul style="list-style-type: none"> - Lavez-vous souvent les mains. - Dans la mesure du possible, évitez le contact avec des gens présentant des symptômes d'infection, comme le rhume ou la grippe. 

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

Suivez les consignes ci-dessous pour que le traitement soit le plus efficace possible.

- > Vous devez manger des aliments qui contiennent beaucoup de :
- calcium (produits laitiers, tofu, soya, jus d'orange, amande, brocoli)
 - potassium (bananes, tomates, oranges, avocats, épinards, fruits séchés, noix, haricots)
 - protéines (viandes, fruits de mer, tofu, légumineuses, œuf)
 - vitamines D (jaune d'œuf, lait, saumon, thon, hareng, truite)
 - fibres (son, avoine, orge, noix, légumes)



- > Vous devez éviter :
- le sel (croustilles, sauces, soupes commerciales, charcuteries)
 - le sucre (gâteaux, tartes, biscuits, confiture, miel, boissons gazeuses)



- > Assurez une bonne hydratation en buvant de l'eau



- > Ne consommez pas d'alcool





Questions

Notez les questions que vous voulez poser à votre équipe de soins pour ne pas les oublier.





Observations - Remarques

Notez les observations que vous jugez importantes : sur vos symptômes, vos soins, votre suivi, votre niveau d'énergie, etc.





Prochains rendez-vous
