

Le tamoxifène



Vous avez eu un cancer du sein. On vous a prescrit ce médicament pour prévenir une récurrence du cancer. Voici ce qu'il faut savoir.

Pourquoi ce médicament m'est-il prescrit ?

Certains cancers du sein se développent plus vite sous l'effet d'hormones, comme l'œstrogène et la progestérone (cancer hormonodépendant).

Le tamoxifène est un médicament qui empêche les cellules cancéreuses d'utiliser ces hormones. Il réduit donc le risque :

- > Que le cancer revienne dans le même sein
- > Qu'un cancer se développe dans l'autre sein
- > Que le cancer se développe ailleurs dans le corps (par des métastases)

Quelle est l'efficacité du traitement ?

Il améliore les chances de vivre plus longtemps sans cancer.

Il réduit de près de moitié le risque qu'un cancer revienne ou qu'un nouveau cancer se développe.

Quelle est la durée du traitement ?

La durée varie selon le stade et le type de cancer que vous avez eu.

La plupart des femmes prennent ce médicament pendant au moins 5 ans.

Dans certains cas, le traitement peut durer jusqu'à 10 ans.

Votre médecin ou votre infirmière praticienne spécialisée pourra vous donner plus d'information à ce sujet.

Comment dois-je prendre ce médicament ?

Vous devez le prendre 1 fois par jour, tous les jours à la même heure.

Les comprimés doivent être avalés en entier. Il ne faut jamais les croquer, les couper ou les écraser.



Quelles précautions prendre lorsque je manipule ce médicament ?

- > Lavez-vous les mains avant et après avoir touché aux comprimés.
- > Ne déposez jamais les comprimés sur le comptoir.
- > Si les comprimés ont été en contact avec une surface en dehors de leur contenant, lavez cette surface avec de l'eau et du savon.
- > Après avoir pris vos comprimés, fermez bien le contenant. Rangez-le aussitôt dans un endroit hors de la portée des enfants et des animaux.

Ce médicament peut causer des effets toxiques chez les personnes qui ne le prennent pas. Quand une personne vous aide, elle doit donc utiliser des gants jetables pour toucher aux médicaments. Vous trouverez des gants jetables à votre pharmacie. Cette personne doit tout de même se laver les mains avant de mettre les gants et après les avoir retirés.

Que faire si j'oublie de prendre une dose ?

Si vous oubliez de prendre ce médicament à l'heure habituelle :

- Prenez-le dès que vous vous en rappelez si c'est le jour même
- Sautez la dose si vous vous en rendez compte le lendemain

Il ne faut pas prendre 2 doses dans la même journée.

Quels sont les effets secondaires ?

En général, le tamoxifène est bien toléré. Chaque personne réagit de façon différente à la prise de ce médicament. Si vous avez des effets secondaires qui affectent votre qualité de vie, parlez-en à votre équipe de soins. Il est important de ne pas arrêter de prendre le médicament par vous-même. D'autres options pourraient vous être proposées.

Vous trouverez les principaux effets secondaires et ce que vous pouvez faire pour les réduire dans l'Annexe, à la page 4.

Les effets secondaires graves sont rares.

Dans de rares cas, le tamoxifène augmente les risques d'avoir les problèmes de santé suivants :

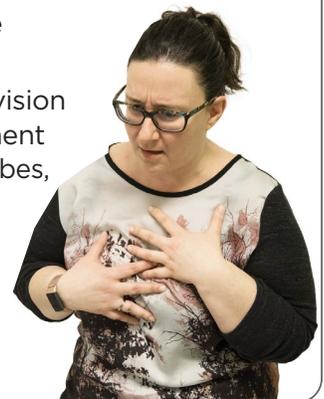
- > Un caillot de sang dans un vaisseau sanguin (thrombose veineuse ou embolie pulmonaire)
- > Un accident vasculaire cérébral (AVC)
- > Des troubles de la vision (ex. : cataractes)
- > Un cancer d'une partie de l'utérus (endomètre)

Les bénéfices du tamoxifène pour prévenir un cancer du sein sont beaucoup plus grands que les risques d'avoir ces rares effets secondaires.

Y a-t-il des signes à surveiller ?

Rendez-vous à l'urgence la plus proche dès que vous avez l'un des signes suivants :

- Douleur aiguë à la poitrine
- Être plus essoufflée que d'habitude
- Difficultés à parler, vision floue, engourdissement soudain dans les jambes, les bras ou le visage (ce sont des signes d'accident vasculaire cérébral ou AVC)



Appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**, dès que vous avez l'un des signes suivants :

- > Rougeur, sensation de chaleur ou enflure d'une jambe ou d'un bras (ce sont des signes de thrombophlébite : un caillot de sang s'est formé dans une veine)
- > Petites quantités de saignements vaginaux tous les jours en dehors de votre cycle menstruel

Faut-il prendre un moyen de contraception pendant le traitement?

Oui. Ce médicament est contre-indiqué pendant une grossesse. Il est donc fortement recommandé d'utiliser un moyen de contraception, comme le stérilet de cuivre ou le condom. Utilisez-les pendant le traitement et jusqu'à 3 mois après le traitement. Par contre, **vous ne pouvez pas** prendre de pilules contraceptives ou utiliser un stérilet hormonal.

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

Pris avec du tamoxifène, certains médicaments peuvent diminuer son efficacité ou causer des effets secondaires graves. C'est entre autres le cas de certains antidépresseurs.

Gardez sur vous une liste à jour de tous les médicaments et produits de santé naturels que vous prenez.

Avant de commencer à prendre un médicament ou de cesser de le faire, parlez-en à votre équipe de soins.

À quel endroit faut-il ranger le tamoxifène?

Il doit être gardé :



- dans un endroit sûr et hors de la portée des enfants
- à l'abri de la chaleur et à température ambiante (maximum 25 °C ou 77 °F)
- à l'abri de l'humidité, dans un contenant bien fermé

Ne jetez jamais à la poubelle des médicaments qui n'ont pas été pris. Rapportez-les à la pharmacie.

Que dois-je faire s'il me faut annuler ou déplacer mon rendez-vous?

Appelez le Centre d'oncologie, du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h.

> 514 890-8282

À qui poser mes questions?

Si vous avez des questions, parlez-en avec un membre de votre équipe de soins.

Si vous notez de nouveaux effets secondaires ou si certains s'aggravent, dites-le lors des rendez-vous de suivi avec votre médecin ou votre infirmière praticienne. Ils pourront vous dire s'il y a des façons de les soulager.

Pour toute question liée à un souci de santé, vous pouvez aussi appeler une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au 514 890-8086.

Ce service d'aide est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24.

Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir en main votre carte d'assurance maladie.



RESSOURCES UTILES

Vous pouvez consulter la fiche santé suivante :

[Cancer du sein](#)

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

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.

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

Le tamoxifène peut causer un ou plusieurs des effets secondaires suivants :

Bouffées de chaleur et sueurs nocturnes

Ces signes varient d'une personne à l'autre. Ils peuvent diminuer avec le temps.

S'ils nuisent à votre sommeil, on vous conseille de prendre le médicament le matin.

Pour réduire cet effet secondaire, on vous conseille :

- > D'éviter les aliments ou boissons qui peuvent le déclencher (ex. : alcool, thé, café, cola, chocolat, mets chauds ou épicés)
- > D'utiliser des stratégies pour réduire le stress (voir la fiche santé [La relaxation pour mieux gérer le stress](#))
- > De faire souvent de l'exercice
- > De porter des vêtements légers pour ne pas avoir chaud
- > De boire beaucoup d'eau dans la journée, sauf avant de vous coucher
- > D'allumer un ventilateur ou d'ouvrir les fenêtres quand vous êtes à l'intérieur

Certains médicaments peuvent être prescrits pour diminuer les bouffées de chaleur. Parlez-en à votre professionnel de la santé.



Effets sur les émotions (ex. : dépression)

Avisez rapidement votre équipe de soins si vous avez des pensées négatives qui :

- provoquent des émotions intenses
- reviennent souvent ou sont présentes pendant une longue période
- causent une souffrance telle qu'il n'est plus possible de fonctionner au quotidien, par exemple parce que vous pleurez sans cesse, ne dormez plus ou vous isolez

Douleurs et raideurs aux articulations

Cela peut causer un inconfort, vous empêcher de bouger comme d'habitude et nuire à vos activités de tous les jours. En général, ces symptômes sont ressentis durant les 2 premiers mois du traitement. Ils diminuent ensuite avant de disparaître après quelques mois. Chez 10 à 20 % des femmes, ces symptômes peuvent être graves et causer l'arrêt du traitement.

Pour les réduire, on vous conseille :

- De prendre de l'acétaminophène (Tylenol) ou des anti-inflammatoires non stéroïdiens (ex. : Naproxen, Advil, Motrin) pour soulager la douleur.
- De faire des exercices pour étirer doucement vos articulations ou renforcer vos muscles (ex. : yoga).
- De faire de la marche rapide.
- De faire les autres exercices suggérés par un physiothérapeute.

