

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

Bouffées de chaleur, transpiration excessive

⇒ **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.

Douleurs articulaires, osseuses et/ou musculaires

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

Ostéoporose avec risque de fractures osseuses

⇒ Privilégiez une **alimentation équilibrée et riche en calcium** (yaourt, fromage, lait, produits laitiers...). Maintenez un poids normal.

Fatigue

⇒ Respectez une bonne hygiène de vie.

Maux de tête

⇒ Prenez du paracétamol si nécessaire.

Si ces douleurs persistent ou vous incommode, consultez votre médecin traitant.

Nausées, vomissements

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

Évitez les aliments frits, gras, épicés, trop sucrés.

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

Prise de poids, élévation du cholestérol

Privilégiez une **alimentation équilibrée riche en fibres, fruits et légumes mais pauvre en sucres et en graisses d'origine animale**.

Faites régulièrement de l'exercice. Contrôlez votre poids.

Si nécessaire, votre médecin pourra vous prescrire un traitement pour réduire votre cholestérol.



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

ANASTROZOLE
ARIMIDEX®

Formes / Présentations / Prix

- **Forme** : **Comprimé pelliculé rond**, blanc, avec inscription « Adx » sur une face et « A » sur l'autre face dosé à 1 mg.

- **Présentation** : **Boîte de 30 ou 90 comprimés** sous plaquettes thermoformées.



- **Prix** : **76,47 €** la boîte de 30 comprimés, soit **2,55 €** le comprimé.
210,30 € la boîte de 90 comprimés, soit **2,34 €** 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.

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 couper, écraser, mâcher, ni sucer les comprimés d'Anastrozole (Arimidex®).

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 oncologue.

N'arrêtez jamais votre traitement ou ne modifiez pas le rythme d'administration sans l'avis du médecin qui vous l'a prescrit.



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 comme 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**

Attention, ce médicament contient du lactose : Si vous avez été informé que vous ne tolérez ou ne digérez pas certains sucres, parlez-en à votre médecin avant de prendre ce médicament.

Quand devez-vous prendre Anastrozole (ARIMIDEX®)?



Avec un grand verre d'eau, **tous les jours, 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 Anastrozole (ARIMIDEX®)?

Dans sa boîte d'origine.

A l'abri de l'humidité.

A une température ne dépassant pas 30°C.

Exposition au soleil ?



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



Chute des cheveux sous Anastrozole (ARIMIDEX®)?

Cet effet indésirable n'est pas rare.

Limitez les soins agressifs type teinture ou permanente.



Votre vie en pratique ?



Anastrozole (ARIMIDEX®) peut provoquer des vertiges, une fatigue ou une somnolence. 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).

