



# Ma thérapie ciblée & moi

## *Cancer Bronchique Non à Petites Cellules avec réarrangement du gène ALK (ALK+) à un stade avancé*

Votre traitement fait l'objet d'une surveillance renforcée qui permet de rapidement identifier de nouvelles informations relatives à sa sécurité. Vous pouvez y contribuer en signalant tout effet indésirable que vous observez.



Prénom

Nom

PENSEZ à INFORMER tous les PROFESSIONNELS de SANTÉ de votre THÉRAPIE CIBLÉE surtout ceux qui ne font pas partie de votre équipe médicale <sup>1</sup>

Si une carte-patient vous a été donnée avec votre traitement, PENSEZ à LIRE les INFORMATIONS de cette carte-patient avant de prendre votre traitement. GARDEZ CETTE CARTE AVEC VOUS.

# Sommaire

## **Votre carnet de suivi**

Une aide au quotidien .....p4

## **Votre maladie**

Un cancer du poumon bien spécifique .....p6

## **Votre thérapie ciblée**

Agir directement sur les cellules cancéreuses .....p8

## **Votre traitement oral**

La régularité est clé!..... p10

## **Votre aide-mémoire**

Jamais sans vos gélules ! ..... p12

## **Votre calendrier de prise**

6 mois sans oublier ..... p14

## **Vos situations du quotidien**

Que faire si... ? ..... p18

## **Votre vigilance**

Des troubles sous traitement à signaler ..... p22

## **Vos effets indésirables**

Des conseils pour mieux les gérer ..... p26

## **Vos ressentis**

À qui les confier? ..... p48

## **Vos soutiens thérapeutiques**

L'équipe médicale..... p50

## **Votre agenda médical**

Les prochains rendez-vous..... p54

# Votre carnet de suivi : Une aide au quotidien



- ✓ Il vous accompagne dans votre quotidien.
- ✓ Il est destiné à améliorer la qualité de votre vie de tous les jours.
- ✓ Il vous aide à mieux comprendre votre maladie.
- ✓ Il vous fournit des informations relatives à votre traitement.
- ✓ Il vous aide à identifier et gérer les effets indésirables associés à votre traitement.
- ✓ Il sert de lien entre les professionnels de santé qui assurent votre prise en charge en ville et à l'hôpital.

Ce carnet a été conçu avec la participation d'experts (pneumologues, oncologues) de votre maladie et de votre traitement.

- Dr Clarisse AUDIGIER-VALETTE, Toulon
- Pr Nicolas GIRARD, Paris
- Pr Denis MORO-SIBILOT, Grenoble
- Dr Roland SCHOTT, Strasbourg

## Ce carnet ne se substitue

**ni**  
aux conseils et aux explications  
de votre **médecin**,

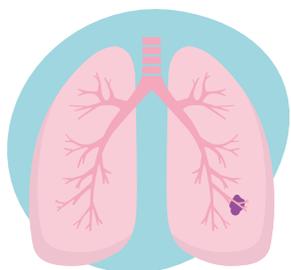


**ni**  
aux informations présentes  
dans la **notice** de votre  
médicament.

# Votre maladie :

## Un cancer du poumon bien spécifique

### Cancer Bronchique <sup>1</sup>



Le cancer bronchique se développe à partir de cellules situées dans les bronches et qui se sont multipliées de manière anormale pour former une masse, appelée tumeur maligne.

### Non à Petites Cellules <sup>1</sup>



Il existe 2 principaux types de cancers du poumon : « cancer à petites cellules » et « cancer non à petites cellules ».

Cette distinction repose sur l'observation au microscope des cellules à l'origine du cancer : elles n'ont pas du tout le même aspect.

Dans votre cas, c'est le Cancer Bronchique Non à Petites Cellules (CBNPC). Il représente près de 9 cancers du poumon sur 10.

### Avec réarrangement du gène ALK (ALK+) <sup>1,2</sup>

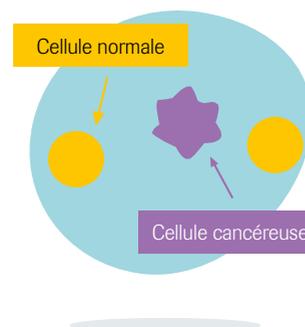


Il s'agit d'une forme particulière de cancer du poumon.

Les cellules cancéreuses sont caractérisées par une anomalie génétique (ou réarrangement du gène ALK) dont la conséquence est une activation anormale de la protéine ALK (ou anaplastic lymphoma kinase).

L'anomalie ALK+ est présente dans environ 5 % des CBNPC.

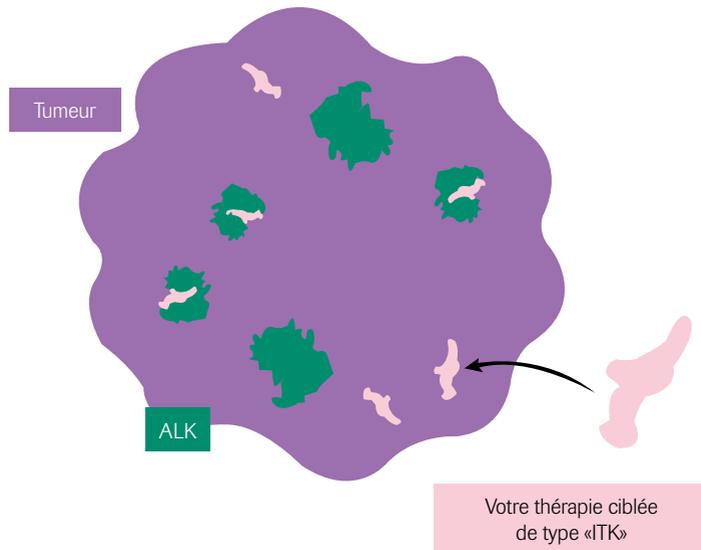
### À un stade avancé <sup>1</sup>



Des cellules cancéreuses se sont détachées de la tumeur d'origine et ont emprunté les vaisseaux lymphatiques ou sanguins pour atteindre d'autres parties du corps.

# Votre thérapie ciblée : Agir directement sur les cellules cancéreuses <sup>1</sup>

Dans le cadre de votre CBNPC ALK+ à un stade avancé, votre médecin vous a prescrit une thérapie ciblée de type « ITK » (inhibiteur de tyrosine kinase).



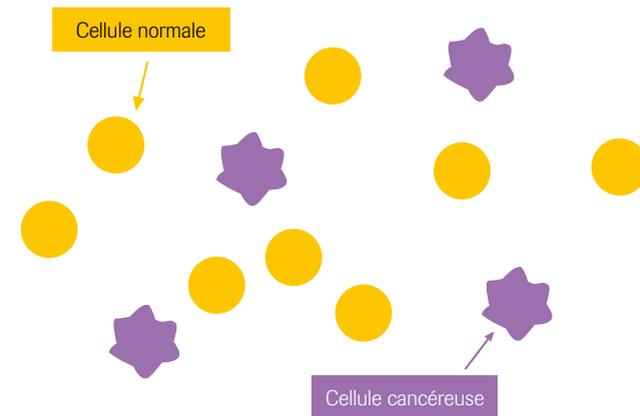
## 1 action spécifique :

- bloquer les protéines défectueuses « tyrosine kinases », ici ALK,
- cibler les cellules cancéreuses.

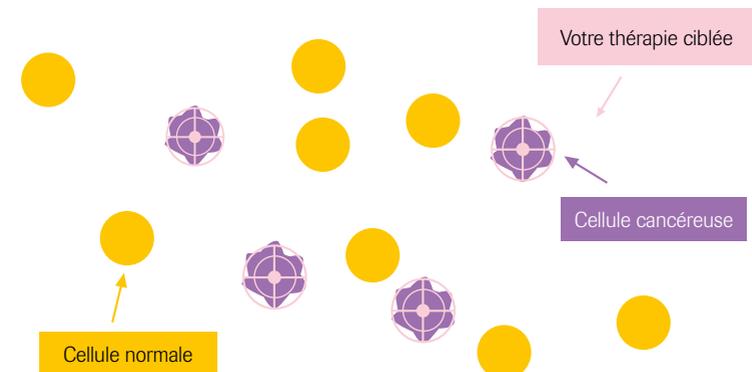
## 1 objectif double :

- ralentir la croissance des cellules cancéreuses,
- empêcher leur multiplication.

## Sans thérapie ciblée



## Avec thérapie ciblée



# Votre traitement oral : La régularité est clé! <sup>1,3</sup>



Votre thérapie ciblée est un traitement oral.

Il est essentiel de le prendre tous les jours en respectant les indications de votre médecin : nombre de gélules, fréquence et condition des prises.

À l'aide d'un verre d'eau, avalez vos gélules entières, sans les écraser, les dissoudre ou les ouvrir.

Ne changez pas vos conditions de prises et n'interrompez pas votre traitement sans en parler, au préalable, à votre médecin !

L'automédication n'est pas recommandée.

## ATTENTION AUX INTERACTIONS AVEC CERTAINS MÉDICAMENTS

Si vous prenez ou avez pris récemment un autre médicament, parlez-en à votre médecin :

- avec ou sans ordonnance,
- à base de plantes (herboristerie, phytothérapie, gemmothérapie, aromathérapie, etc.) ou non.

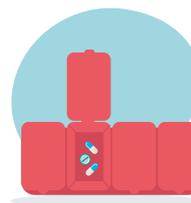
Informez tout professionnel de santé que vous êtes sous thérapie ciblée, et en particulier, avant toute prescription de nouveau médicament.

Il est très important de respecter les indications précises données par votre médecin concernant la prise de votre médicament.

Complétez pour vous en souvenir en cas de doute.



\_\_\_ gélule(s) par prise



\_\_\_ prise(s) par jour



AU COURS  
des repas

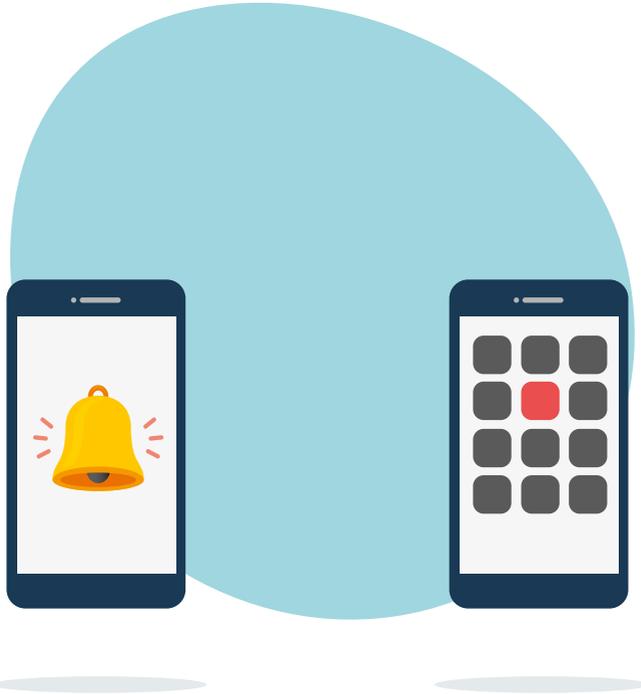


EN DEHORS  
des repas



## Votre aide-mémoire : Jamais sans mes gélules ! <sup>4</sup>

Pour vous aider à n'oublier aucune prise, voici quelques suggestions utiles.



**Mettez-vous un rappel  
sur votre téléphone.**

**Utilisez une application  
dédiée au rappel  
de prises.**



**Aimantez un calendrier  
de prises sur votre frigo.**

**Ayez recours  
à un pilulier.**

Remplir les pages suivantes devrait également vous aider  
à ne pas oublier votre traitement

# Votre calendrier de prise : 6 mois sans oublier

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# Votre calendrier de prise : 6 mois sans oublier

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Semaine _/_/_	Matin 	Midi 	Soir 
Lundi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Vos situations du quotidien : Que faire si... ?<sup>3</sup>

### ... vous avez vomé après avoir pris votre traitement ?



Il est impossible de savoir si le médicament est resté ou non dans votre organisme.

Ne reprenez pas de dose pour compenser. Consultez la notice informative de votre traitement et parlez-en à votre équipe médicale.

### ... vous avez pris plus de gélules que vous n'auriez dû ?



Votre pharmacien ou votre médecin sauront vous guider sur la marche à suivre.

Pensez à prendre la boîte du médicament et sa notice avec vous.

### ... vous ne savez plus si vous avez pris votre traitement ?



### ... vous avez oublié de prendre votre traitement ?



Si la dose suivante est prévue dans moins de :

**6 heures**

OU

**12 heures**

*selon la thérapie ciblée qui vous a été prescrite par votre médecin.*

Ne prenez pas de double dose pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre. En revanche, pensez bien à prendre la dose suivante à l'heure habituelle.

N'hésitez pas à mettre en place un des outils « aide-mémoire » qui vous aidera à savoir où vous en êtes.

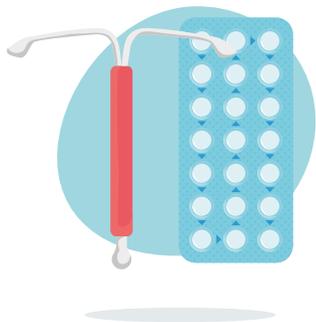
EN CAS DE DOUTE :  
**Consultez la notice informative de votre traitement, elle a été conçue pour vous guider.**



OU  
**Appelez votre médecin ou votre pharmacien, ils sauront vous indiquer la marche à suivre.**

## Vos situations du quotidien : Que faire si... ?

### ... vous êtes une femme en âge d'avoir des enfants ?<sup>1</sup>



Il est essentiel aujourd'hui de penser à vous et à votre santé. Or, votre thérapie ciblée n'est pas compatible avec le bon déroulement d'une grossesse.

C'est la raison pour laquelle une contraception efficace doit être utilisée pendant toute la durée du traitement, voire au-delà.

Votre médecin saura vous conseiller sur ce point.

### ... vous n'aimez pas avaler des gélules et envisagez d'en dissoudre le contenu dans un verre de jus ?<sup>3</sup>



Vos gélules doivent être avalées entières à l'aide d'un verre d'eau :

- sans les écraser,
- sans les dissoudre,
- sans les ouvrir.

### ... vous avez l'habitude de boire du jus de pamplemousse ?<sup>1</sup>



La consommation de pamplemousse est contre-indiquée.

En effet, il peut interagir avec votre traitement et altérer son action.

### ... vous fumez ?<sup>1</sup>

Il est fortement recommandé d'arrêter de fumer, cela fait partie du traitement de votre cancer. N'hésitez pas à vous faire aider !

### ... vous partez en voyage ?<sup>5</sup>



Pensez à emporter dans votre bagage à portée de main :

- Votre ordonnance ;
- Le nombre de gélules adapté à la durée de votre séjour.

Si votre voyage implique un décalage horaire important, renseignez-vous auprès de votre équipe soignante pour que votre traitement ne s'en trouve pas impacté.

## Votre vigilance : Des troubles sous traitement à signaler <sup>1,6,7</sup>

Votre traitement, comme tout médicament, peut entraîner des effets indésirables. Il fait l'objet d'une surveillance renforcée qui permet de rapidement identifier de nouvelles informations relatives à sa sécurité. Vous pouvez y contribuer en signalant tout effet indésirable que vous observez.

S'ils perturbent votre quotidien ou si vous avez un doute sur l'attitude à adopter, contactez immédiatement votre équipe médicale.

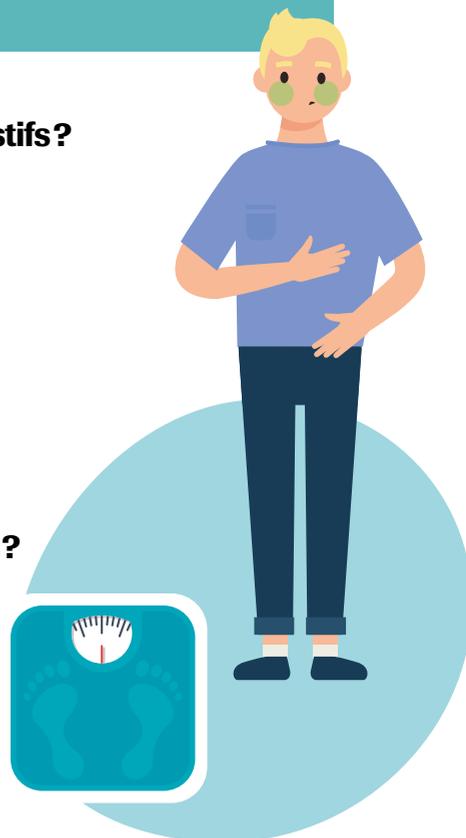
Ne prenez pas seul(e) la décision de modifier ou d'arrêter votre traitement.

### Vous présentez des troubles digestifs?

- Diarrhées
- Constipation (ou transit ralenti)
- Nausées, vomissements
- Prise de poids
- Perception modifiée du goût
- Lésions de la bouche

### Vous souffrez de troubles cutanés?

- Éruption cutanée
- Hypersensibilité au soleil



## Vous avez remarqué d'autres troubles?

- Troubles hématologiques
- Fatigue
- Douleurs musculaires
- Œdème
- Troubles cardiaques
- Troubles ophtalmiques
- Infections
- Autres troubles affectant les fonctions hépatiques, pancréatique, rénale, pulmonaire ou endocrinienne



Cette liste d'effets indésirables associés à votre thérapie ciblée n'a pas vocation à être exhaustive.

Si vous présentez des troubles sous traitement, reportez-vous à la notice du médicament qui vous a été prescrit ou parlez-en à votre équipe médicale.

Vous trouverez au fil des pages suivantes des suggestions « à faire » / « à éviter » pour vous aider à faire face aux différents troubles au quotidien.



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

**De petites quantités de liquide, de préférence salé, fréquemment** (eau de cuisson du riz, bouillons, eau minérale, boisson à base de cola sans gaz)

**Les aliments pauvres en fibres** (riz, pâtes, pommes de terre vapeur, purée de carottes, bananes bien mûres, gelée de coings)

**Les biscottes**

**Le lait sans lactose et les fromages à pâte cuite** (comté, emmental, beaufort, gruyère, parmesan)



## Diarrhées ? <sup>1,6</sup>

En plus des traitements antidiarrhéiques prescrits, soignez votre alimentation et évitez la déshydratation.

**Les jus de fruits crus**

**Les boissons glacées ou gazeuses**

**Les aliments riches en fibres** (fruits crus, légumes crus, légumes verts cuits, légumes secs, légumes flatulents)

**Les pains et les céréales complètes**

**Le lait, les fromages frais & les laitages** (yaourt, fromage blanc, petits suisses, crème, flan, glace, etc.)

**Les aliments gras** (fritures, charcuterie, sauces, etc.)

**Les chewing-gums & bonbons sans sucre** (contenant du sorbitol à l'effet laxatif)

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### 2 L de liquide par jour répartis sur l'ensemble de la journée pour ramollir les selles

(eau riche en magnésium, jus de pruneaux et autres jus de fruits, jus de légumes et limonade)

### Le jus de fruits à jeun (pruneaux, pomme, raisin)

**Les aliments riches en fibres** (fruits crus, légumes crus, fruits secs, fruits cuits, le pain aux céréales, les céréales complètes)

**Les aliments mouillés augmentant le ballast intestinal et aidant à la progression des selles dans l'intestin** (courgettes, épinards hachés, salade cuite, compote de pommes ou de pruneaux)

**Faire de l'exercice de façon adaptée et régulière** (si possible)



## Constipation ? <sup>1,6</sup>

Un traitement symptomatique peut vous être prescrit. Pensez à adapter votre alimentation pour améliorer votre transit.

**Ne prenez jamais de laxatif sans avis médical**

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

**Boire souvent, par petite quantité, lentement, en dehors des repas**

**Les boissons gazeuses fraîches**

(à base de cola notamment, qui aident parfois à diminuer les nausées)

**Les aliments froids ou tièdes**

(les odeurs peuvent déclencher des nausées)

**Les aliments lisses et épais**

(potages épais, purée de pommes de terre ou de légumes, flan, semoule, tapioca, etc.)

**Les aliments cuits sans graisse**

(les graisses cuites restent plus longtemps dans l'estomac)

**Attendre 1 à 2 heures avant de manger**

(en cas de vomissement)

**Fractionner les repas principaux en plusieurs repas plus légers**  
(la digestion sera plus rapide)



**Ne pas rester l'estomac vide**

(plus l'estomac est lesté, moins il rejette facilement son contenu)

**Manger lentement et bien mâcher**

(la digestion sera plus facile)

## Nausées et vomissements <sup>1,6</sup>

En plus d'un traitement anti-nauséux et/ou anti-vomitif, pensez à adapter votre alimentation pour limiter vos symptômes.

**Boire pendant le repas**

**Le café au lait ou les préparations riches en lait**

**Les aliments difficiles à digérer**  
(les aliments acides, frits, gras ou épicés)

**Fumer**

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

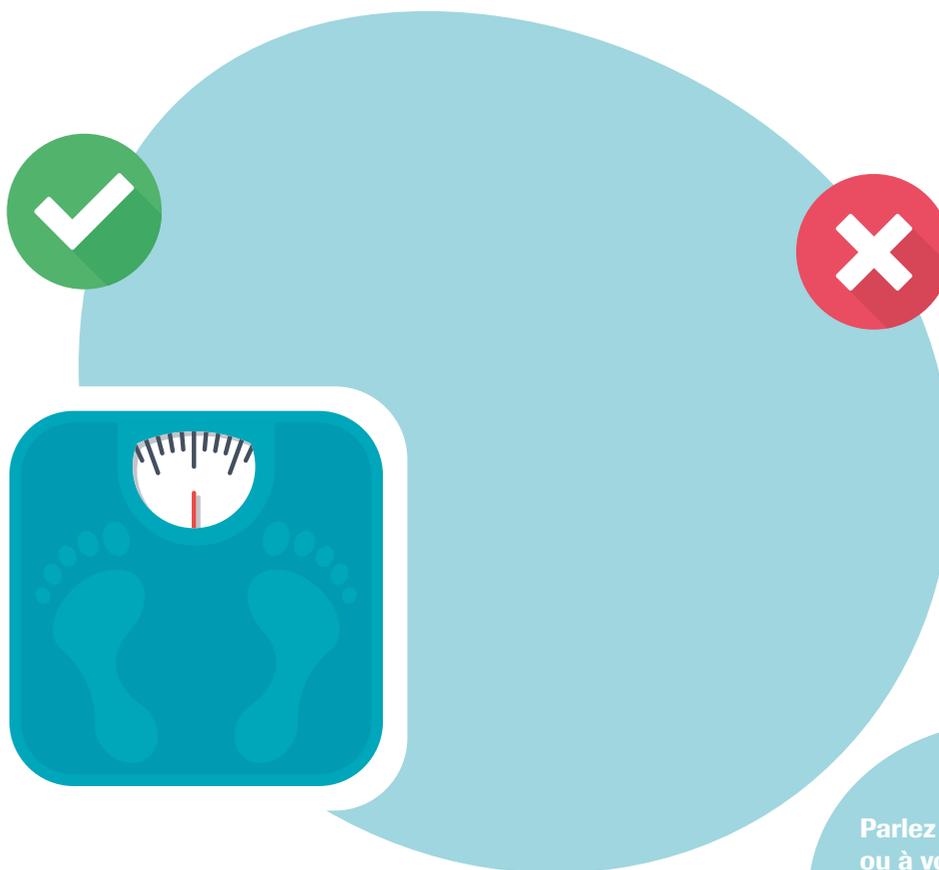
**Au moins 2 litres d'eau par jour**

**3 repas par jour**

**Une activité physique modérée quotidienne d'1/2 heure**

**Un assaisonnement choisi de vos plats**  
(coulis de tomate, sans sel)

**Prise du traitement au milieu du repas**  
(si possible)



## Prise de poids? <sup>6</sup>

Votre poids est un indicateur important qu'il est nécessaire de surveiller. En cas de variation, parlez-en à votre médecin. *Prenez comme repère votre poids habituel, celui d'avant la maladie. Pesez-vous 2 fois par semaine, à la même heure, habillé(e) de la même façon.*

**Se servir 2 fois d'un plat**

**Grignotage entre les repas**

**Trop de sel**

(charcuterie, chips, cacahuètes salées, gâteaux apéritifs, fromages, condiments, conserves, eaux minérales contenant du sodium)

**Trop de sucre et de graisse**

(sucre, boissons sucrées ou alcoolisées, pâtisseries du commerce)

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### Un goût désagréable dans la bouche?

**Rincez-vous la bouche avant le repas**  
(eau gazeuse & jus de citron)

### Les repas paraissent fades?

**Privilégiez les aliments forts en goût** (fromages fermentés, charcuterie, jambon fumé, poissons fumés...)

### Un goût métallique dans la bouche?

**Préférez les poissons / œufs / laitages à la viande**

**Privilégiez les féculents aux légumes**

**Adoucissez les légumes**  
(en ajoutant de la béchamel)



## Perception du goût modifiée? <sup>6</sup>

### Les aliments semblent amers?

**Évitez les viandes rouges** et les remplacer par des viandes blanches - volaille, lapin (ou du poisson, des œufs, des quenelles, des quiches, pizzas, soufflés au fromage et des laitages, etc.)

### Les aliments semblent trop salés?

**N'ajoutez pas de sel en cuisinant**

**Évitez les aliments déjà salés** (fromages, charcuterie, chips, gâteaux apéritifs, cacahuètes salées, bouillons de bœuf ou de volaille...)

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

**Les bains de bouche sans alcool** (à base de bicarbonate de soude)

**Boire beaucoup** (eau minérale, boisson à base de cola)  
**à la paille pour limiter le contact avec la bouche**

**Les aliments sans acidité, mous voire mixés**

**Sucer de la glace**  
(glaçons, glace pilée, glaces à l'eau, sorbets ou des bonbons à la menthe)

**Se brosser régulièrement les dents**  
(brosse à dents souple et bicarbonate de soude)

**Se graisser les lèvres en appliquant un lubrifiant**  
(vaseline, beurre de cacao)



## Lésions de la bouche ? <sup>1,6</sup>

**Les bains de bouche à base d'alcool**  
(desséchant la muqueuse de la bouche et risquant de provoquer des sensations de brûlure)

**Fumer et boire de l'alcool**  
(surtout dans les semaines qui suivent le traitement)

**Les aliments :**

- favorisant l'apparition d'aphtes (noix, gruyère ou ananas),
- trop épicés ou acides (jus de citron, vinaigrette, moutarde),
- secs, croquants ou durs (croûte de pain, aliments panés),
- très chauds.

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

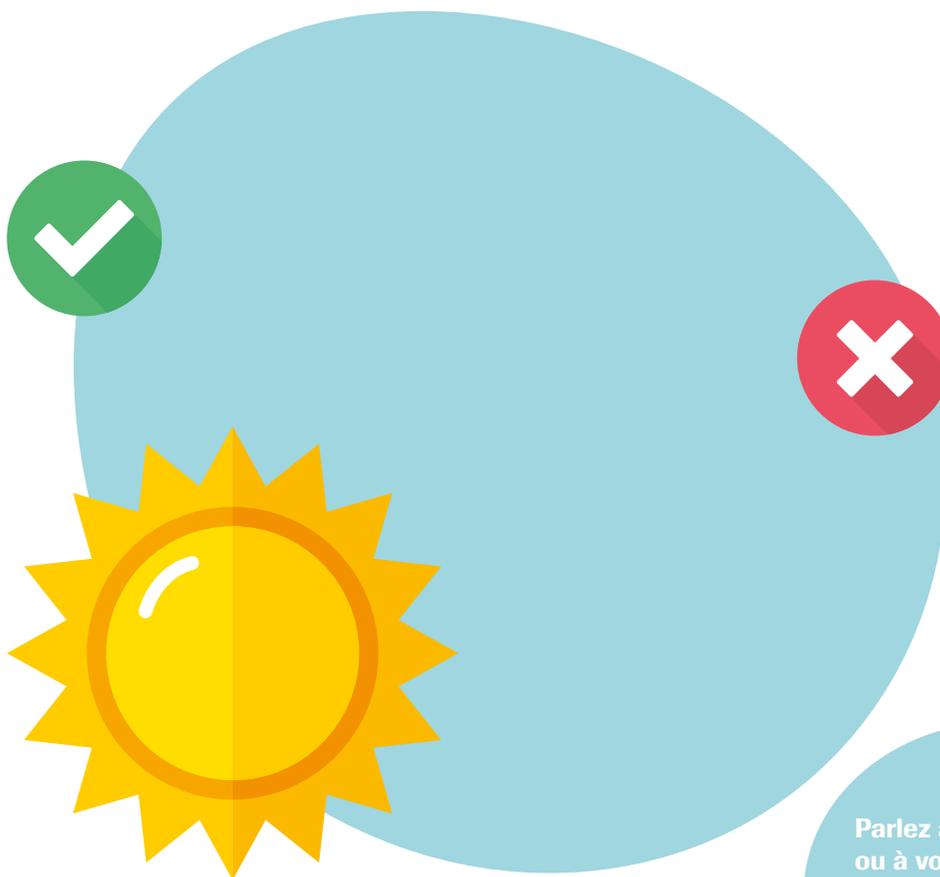
**Une crème solaire**  
(SPF 50+, toutes les 2 h)

**Comme un réflexe : l'ombre**  
(pour toutes les activités de plein air)

**Des vêtements stoppant les rayons UV**  
(limitant les parties découvertes du corps)

**Un chapeau à bords larges**  
(pour protéger les yeux, le visage et le cou)

**Des lunettes de soleil avec filtres anti-UV et des montures bien enveloppantes**  
(normes CE catégorie 3 ou 4)



**Exposition au soleil entre 12h et 16h**  
(les heures les plus chaudes et les plus riches en rayons brûlants)

**Attention aux fausses impressions de sécurité :**

- lorsqu'il fait plus frais,
- sous un ciel nuageux,
- avec du vent,
- des sols réfléchissants (neige, eau, sable),
- en altitude.

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### Une base lavante

(sans parfum et de pH voisin de la peau (5,5))

**Une crème hydratante sur la peau** (1 à 2 fois par jour, après la toilette)

**Une crème solaire** (SPF 50+, toutes les 2 h), **un chapeau, des vêtements couvrants, etc.**

**Des vêtements amples**

**Des chaussures souples adaptées**

**Des ongles coupés droits**



## Éruption cutanée ? <sup>1</sup>

**Le soleil**

**La chaleur** (bains chauds) **ou le froid**

**Les activités entraînant un frottement de la peau ou une pression sur les mains** (vaisselle, bricolage, etc.)

**Les pansements adhésifs et les bandages serrés**

**Les crèmes grasses**

**La marche prolongée et la course à pied**

Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### Fatigue ? <sup>1</sup>

Si vous ressentez une fatigue, causée par la maladie, l'appréhension des examens, la tolérance aux traitements, les déplacements quotidiens, etc.

**Ne la banalisez pas !**

**Ne culpabilisez pas !**

**Parlez-en à votre médecin ou à votre équipe soignante pour qu'elle soit contrôlée au mieux.**

**Envisagez une activité physique adaptée, régulière et modérée.**



### Troubles hématologiques ? <sup>10</sup>

Si vous ressentez une grande fatigue, une pâleur et un essoufflement, il est possible que vous soyez anémié.

**Parlez-en immédiatement à votre médecin ou à votre équipe soignante.**

**Adoptez une alimentation saine, équilibrée et régulière.**

**Soyez particulièrement vigilant à vos apports en :**

- **Fer** (œufs, poissons, viande, foie, boudin, céréales entières) ;
- **Vitamine B9** (bœuf, levure de bière, riz complet, dattes, pois cassés, saumon) ;
- **Vitamine B12** (fromages, légumes secs, volailles, épinards).

**Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement**



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### Infections ? <sup>11</sup>

Mettez toutes les chances de votre côté pour vous prémunir des infections et éviter de les transmettre aux autres.

**Lavez-vous les mains fréquemment.**

**Portez un masque en présence des personnes susceptibles de vous transmettre une infection**

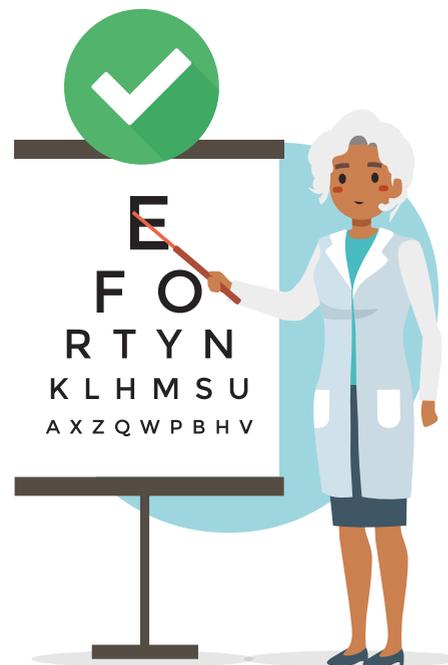
(jeunes enfants, personnes malades, etc.).



### Troubles ophtalmiques ? <sup>3</sup>

Si vous observez que :

- Vos yeux sont rouges, douloureux, sensibles à la lumière, larmoyants et/ou
- Votre vision est floue



**Signalez sans délai la survenue rapide ou l'aggravation de ce(s) symptôme(s).**

**Soyez très prudent(e) en conduisant des véhicules et en utilisant des machines, particulièrement si la luminosité est faible.**

**Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement**



## Vos effets indésirables : Des conseils pour mieux les gérer

Voici quelques suggestions de mesures hygiéno-diététiques pour vous aider à prévenir ou à soulager certains de vos troubles.

### **Douleurs musculaires ?<sup>7</sup>**

Si vous ressentez une souffrance physique désagréable et pénible située au niveau des muscles.

**Reposez-vous.**

**Discutez avec l'équipe soignante avant d'envisager l'application de froid ou de chaleur, la prise d'anti-douleurs et le massage.**



Cette liste d'effets indésirables associés à votre thérapie ciblée n'a pas vocation à être exhaustive, pour une information complète, reportez-vous à la notice de votre traitement.

Si l'un de vos troubles persiste ou s'aggrave, parlez-en à votre équipe médicale.



### **Troubles cardiaques ?<sup>1</sup>**

Si vous ressentez une difficulté à respirer, des vertiges, un gonflement des jambes...

**Parlez-en immédiatement à votre médecin ou à votre équipe soignante.**

### **Œdèmes ?<sup>1</sup>**

Si vous constatez un gonflement des jambes et/ou des bras...

**Parlez-en immédiatement à un membre de votre équipe soignante.**

**Porter des bas de contention.**

**Suivre un régime pauvre en sel.**



**Parlez à votre médecin ou à votre pharmacien de tout effet indésirable ressenti au cours du traitement**



## Vos ressentis : À qui les confier ?

Vos soins ne se limitent pas aux traitements spécifiques de votre maladie.

Dans une approche globale, des soins et soutiens complémentaires peuvent être nécessaires pour gérer les conséquences du cancer et de ses traitements.



### LES SOINS DE SUPPORT

Ces soins font partie intégrante de votre parcours de soins. Ils ne sont ni secondaires, ni optionnels.

Ils peuvent vous être proposés tout au long de votre parcours de soins. Vous pouvez également les demander à tout moment.

**OBJECTIF :** ils visent à vous assurer la meilleure qualité de vie possible



Ces soins de support sont assurés :

Soit par l'équipe soignante,

Soit par des professionnels spécialisés  
(ex : spécialiste de la douleur, assistant social, diététicien, psychologue, psychiatre, kinésithérapeute, socioesthéticienne, etc.).



N'hésitez pas à partager avec les membres de l'équipe soignante vos ressentis relatifs à la façon dont vous vivez la maladie et les traitements.

Cela leur permet de :

- vous apporter les soins et soutiens nécessaires,
- vous orienter vers les professionnels les plus à même de vous aider.

## Vos soutiens thérapeutiques : L'équipe médicale

### Votre médecin traitant

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

### Votre oncologue

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

### Votre infirmière

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

### Votre pharmacien

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

# Vos soutiens thérapeutiques : L'équipe médicale

**Votre** .....

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

**Votre** .....

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

**Votre** .....

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....

**Votre** .....

---

Adresse : .....

.....

.....

Téléphone : .....

Portable : .....

Email : .....



Votre oncologue a diagnostiqué un **CBNPC** ALK+.

Pour le combattre, il a choisi une **thérapie ciblée**.

Il s'agit d'un **traitement oral** que vous devez prendre tous les jours - sans exception - **en respectant scrupuleusement les indications** données par votre oncologue.

Il est important de savoir que ce traitement peut s'accompagner d'effets indésirables et qu'il fait l'objet d'une surveillance renforcée qui permet de rapidement identifier de nouvelles informations relatives à sa sécurité. Vous pouvez y contribuer en signalant tout effet indésirable que vous observez.

Votre carnet de suivi a été conçu pour vous aider au quotidien à :

- **mieux comprendre votre maladie,**
- **bien prendre votre traitement,**
- **améliorer votre qualité de vie** grâce à des conseils pour prévenir ou limiter vos effets indésirables.

En cas de doute, n'oubliez pas que **votre équipe soignante est là** pour répondre à toutes vos questions !

## Références :

- (1) INCa. Les traitements des cancers du poumon. Collection Guides patients. Cancer info, novembre 2017.
- (2) Recommandations SFP-AFAQAP pour le testing ALK dans les CBNPC, mai 2017.
- (3) INCa. E-cancer.fr. Médicaments ciblant ALK, mars 2016.
- (4) Schneider SM, et al. Interventions to promote adherence with oral agents. Semin Oncol Nurs 2011 ;27(2):133-141.
- (5) Ligue contre le cancer. Consultation Vacances : Prêts ? Partez !
- (6) Ligue contre le cancer. Alimentation & Cancer. Édition actualisée en novembre 2010.
- (7) <http://www.kinemedical.fr/content/33-les-douleurs-musculaires-comment-en-venir-a-bout>
- (8) INCa. Mieux se protéger du soleil. Mis à jour en juin 2017.
- (9) [http://dermato-info.fr/article/Le\\_soleil\\_et\\_la\\_peau](http://dermato-info.fr/article/Le_soleil_et_la_peau). Mis à jour en octobre 2009.
- (10) Centre Clinique de la Porte de Saint Cloud. Anémie & Cancer, ce qu'il faut savoir. Fiche pratique.
- (11) Santé publique France 2006 Limitons les risques d'infections.



**Roche SAS**

30, cours de l'Île Seguin  
92650 Boulogne-Billancourt Cedex

Tél. : 01 47 61 40 00

Fax : 01 47 61 77 00

**[www.roche.fr](http://www.roche.fr)**

D-18/0372- Établi en 10/2018