








QU'EST-CE QUE FÉMARA® LÉTROZOLE ?

- 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 votre médecin traitant
- Disponible en pharmacies de ville sur présentation de votre ordonnance

- 
- Comprimé pelliculé rond, de couleur jaune foncé, **dosé à 2,5 mg** et portant les inscriptions « FV » sur une face et « CG » sur l'autre
 - *Des génériques de forme et de couleur différentes existent.*


- 
- 
- 
- Conservez à température ne dépassant pas 30°C, hors de la vue et de la portée des enfants.
 - Ne sortez pas les comprimés de la boîte 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**, prenez la dose manquée sauf si l'heure habituelle de la prise suivante survient dans moins de 3h (risque de surdosage) ; dans ce cas, 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. Poursuivez le traitement 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 et plantes, dont **pamplemousse** et **millepertuis**, 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 son efficacité.

Ce traitement ne doit être utilisé que chez des femmes dont le statut endocrinien de ménopause est confirmé.

*Carnet de suivi disponible sur les sites www.omeditbretagne.fr ou www.omedit-paysdelaloire.fr

QUELS EFFETS INDÉSIRABLES PEUVENT SURVENIR AVEC FÉMARA® LÉTROZOLE ?

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

Effets indésirables	Prévention
 Sécheresse cutanée	Limitez la fréquence des douches/bains à une par jour (maximum 15 min à 32°C). Utilisez un gel ou pain dermatologique sans savon. Séchez par tamponnement. Appliquez un agent hydratant (crème ou lait). Privilégiez les vêtements en coton amples et légers. Utilisez une lessive adaptée aux peaux sensibles (pas d'adoucissant). Buvez 2L d'eau par jour.
 Effets digestifs : constipation ou diarrhée, douleurs abdominales, nausées, vomissements, perte d'appétit	Pensez à bien vous hydrater (2L d'eau par jour) ; buvez plutôt entre les repas. Surveillez votre poids. En cas de constipation , privilégiez une alimentation riche en fibres (<i>son, céréales, pain complet, légumes verts, fruits et fruits secs</i>) et pratiquez une activité physique régulière. En cas de diarrhée , privilégiez une alimentation pauvre en fibres (<i>féculents, carotte, banane...</i>). Evitez certains aliments qui peuvent augmenter le transit intestinal (<i>laitages, fruits-légumes crus, céréales, aliments gras, épices</i>). Salez votre alimentation. En cas de nausées/vomissements , fractionnez votre alimentation en plusieurs repas légers et mangez lentement. Evitez les aliments gras, frits et épicés, ainsi que ceux dont l'odeur peut déclencher les nausées. Evitez de rester l'estomac vide, cela accentue les nausées. En cas de vomissements, utilisez les médicaments antiémétiques qui vous ont été prescrits.
 Douleurs articulaires	Pratiquez une activité physique régulière et adaptée (marche, natation). Aidez-vous d'une canne pour soulager les articulations. Evitez les mouvements répétitifs et les efforts physiques importants.
 Douleurs musculaires	Pensez à bien vous hydrater avant, pendant et après un effort. Pratiquez une activité physique régulière et adaptée ; chauffez-vous au préalable.
 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, en papillote, à l'eau ou au grill. Pratiquez une activité physique régulière et adaptée.
 Fatigue	Privilégiez une alimentation saine. Limitez l'usage de psychostimulants tels que café, tabac et alcool. Soyez prudent en cas de conduite automobile. Respectez des temps de repos dans la journée. Couchez-vous à heure régulière et dormez suffisamment la nuit.
 Maux de tête	Pensez à bien vous hydrater. Mangez à heure régulière, ne sautez pas de repas. Evitez tabac et alcool (déclencheurs de maux de tête). Apprenez à gérer votre stress (relaxation, sport régulier). Evitez les couchers tardifs, les grasses matinées et dormez suffisamment la nuit.
 Gonflement du visage et des membres	Maintenez une alimentation à faible teneur en sel. Evitez les vêtements serrés. En cas de gonflement des jambes, élevez les pieds en position assise. Portez des bas de contention en les mettant au moment du lever sur jambes reposées. Surveillez votre poids régulièrement. En cas de survenue d'un gonflement de ce type, consultez votre médecin.
	<i>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</i>



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.

Contactez rapidement votre médecin en cas de :

- Saignements vaginaux
- Prise de poids rapide et inattendue
- Bras ou mollet chaud, douloureux et rouge, associé à un essoufflement
- Tout effet indésirable persistant ou s'aggravant



Contacts utiles :

Remarques :
