






UN ANTALGIQUE OPIOÏDE* M'A ÉTÉ PRESCRIT POUR LE TRAITEMENT DE LA DOULEUR DE MON CANCER

*Un opioïde peut aussi être appelé opiacé ou morphinique (antalgique = anti-douleur)

MON TRAITEMENT ANTI-DOULEUR

Lequel ? 	<input type="checkbox"/> Codéine	<input type="checkbox"/> Tramadol	<input type="checkbox"/> Morphine
	<input type="checkbox"/> Oxycodone	<input type="checkbox"/> Fentanyl	<input type="checkbox"/> Hydromorphone
	<input type="checkbox"/> Autre:		
Pour quoi ? 	Pour me soulager, améliorer ma qualité de vie et mon sommeil.		
Quelles formes ? 	<input type="checkbox"/> À libération prolongée (LP) à utiliser à heures fixes , matin et soir, quelle que soit la douleur, pour soulager la douleur de fond → Durée d'action = 12h (morphine, tramadol, oxycodone, hydromorphone) ou 72h (fentanyl en patch) <input type="checkbox"/> À libération immédiate (LI) à prendre en interdose (dose supplémentaire), pour stabiliser ou anticiper la douleur (soins, rééducation, transports...) et ajuster la dose → Durée d'action = 4h à 6h <input type="checkbox"/> Fentanyl transmuqueux , pour soulager les douleurs intenses, d'installation rapide et courtes, à prendre dès le début de la douleur, en complément de mon traitement de fond → Durée d'action = 1h à 2h (action encore plus rapide que le traitement LI)		

GESTION DE MON TRAITEMENT, CONSEIL ET PREVENTION

Constipation



Très souvent

En prévention :

- ✓ Boire de l'eau régulièrement
- ✓ Manger des fibres (légumes, fruits, céréales)
- ✓ Pratiquer une activité physique
- ✓ Prendre le laxatif prescrit

Nausées, vomissements



En général les premiers jours

Conseils alimentaires :

- ✓ Manger lentement, plutôt des aliments froids ou tièdes, en plusieurs petits repas...
- ✓ Prendre son traitement anti-émétique sur une courte durée, selon la prescription

Somnolence

Fréquente
Les premiers jours



Bouche sèche

En prévention :

- ✓ Humidifier la bouche avec un vaporisateur d'eau minérale
- ✓ Consommer de petites quantités d'eau, de glace, de fruits et de laitages

Je parle à mon médecin, pharmacien ou infirmier, de mon traitement et des effets indésirables.



Je rapporte les médicaments inutilisés à la pharmacie



JE PRENDS MON TRAITEMENT ANTI-DOULEUR A BON ESCIENT !

POURSUITE ET ARRÊT DE MON TRAITEMENT

- ✓ L'ordonnance est prescrite pour une **durée limitée**.
- ✓ L'efficacité du traitement devra être **régulièrement réévaluée** par mon médecin :
 - Mon traitement peut être pris au long cours s'il soulage ma douleur et/ou améliore ma qualité de vie.
 - Mon traitement pourra être **modifié** en cas d'effets indésirables importants ou d'absence d'efficacité suffisante : augmentation ou diminution des doses, arrêt progressif, changement de médicament, ajout d'un autre traitement.
 - Une perte d'efficacité peut être liée à l'évolution de la maladie ou à un phénomène de tolérance lors de la prise au long cours. Les doses doivent alors être augmentées, sans « dose plafond ».
- ✓ En complément de mon traitement, d'**autres traitements**, médicamenteux ou non, peuvent être associés : hypnose, sophrologie, neurostimulation, activité physique adaptée...
- ✓ Lors de l'**arrêt brutal** de mon traitement, je peux avoir l'apparition **temporaire** de : diarrhées, douleurs musculaires, larmoiement, bâillement, difficultés à trouver le sommeil, transpiration.

Je parle à mon médecin, pharmacien ou infirmier, de mon traitement et des effets indésirables.



Validé par experts régionaux.
Pour plus d'informations, se référer à la notice des médicaments.

VRAI/FAUX

VRAI FAUX

Il faut attendre le plus longtemps possible avant de prendre un médicament contre la douleur.



FAUX : la règle d'or est de ne pas attendre que la douleur revienne pour prendre le médicament.

Si on me propose de la morphine c'est que c'est grave.



FAUX : l'utilisation de la morphine est liée à la cause et à l'intensité de la douleur, pas à la gravité de la maladie.

La morphine est une drogue.



VRAI et FAUX : son utilisation est réglementée mais dans de bonnes indications elle n'induit ni dépendance ni accoutumance, même prise au long cours.

COMMENT BIEN PRENDRE MON TRAITEMENT ?

- ✓ **Je respecte les horaires de prise, la durée et la dose prescrite.**
- ✓ Le traitement est **individualisé** pendant quelques jours avec les interdoses. Après stabilisation à dose efficace, les interdoses LI sont converties en forme LP.
- ✓ **Je n'attends pas que la douleur s'installe.**
- ✓ En cas de **douleur persistante**, **je n'augmente pas seul les doses.**
- ✓ **Je n'arrête jamais brutalement** mon traitement.