



QU'EST-CE QUE IMNOVID® POMALIDOMIDE ?

- Un immunosuppresseur utilisé dans le traitement de certains cancers du sang
- Prescrit et renouvelé par votre médecin hospitalier spécialiste en oncologie ou en hématologie (prescription limitée à 4 semaines chez la femme en âge de procréer et à 12 semaines chez tous les autres patients).
- Disponible en pharmacie hospitalière sur présentation de votre ordonnance

- Gélule **dosée à 1 mg** (corps jaune et tête bleu foncé, inscription « POML 1 mg »), **2 mg** (corps orange et tête bleu foncé, inscription « POML 2 mg »), **3 mg** (corps vert et tête bleu foncé, inscription « POML 3 mg ») ou **4 mg** (corps bleu et tête bleu foncé, inscription « POML 4 mg »)



- Conservez à température ne dépassant pas 30°C, hors de la vue et de la portée des enfants.
- Ne sortez pas les gélules du blister pour les mettre dans un pilulier.
- Lavez-vous soigneusement les mains avant et après chaque manipulation des gélules.
- 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 du repas, de préférence le matin
Comment ?	<p>Avalez les gélules entières, avec de l'eau, chaque jour au même moment de la journée. Ne pas mâcher, ni couper, ni écraser, ni dissoudre. En cas de contact direct de la poudre avec la peau, lavez immédiatement et abondamment la peau au savon et à l'eau. En cas de contact avec les muqueuses, rincez abondamment à l'eau.</p>	

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 dès que possible le jour même. Poursuivez le traitement à l'heure et à la dose habituelles de la prise suivante (ne pas doubler la dose). Pensez à le noter dans votre carnet de suivi*.
- **En cas de vomissement**, ne prenez pas de nouvelle dose. La dose suivante sera prise 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, 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.



- Vous et votre partenaire devez utiliser des méthodes de contraception efficaces (préservatifs et une autre méthode) pendant toute la durée du traitement **et durant au moins 4 semaines après la dernière prise pour les femmes et durant au moins 7 jours après la dernière prise pour les hommes**. L'utilisation de pilules œstroprogestatives n'est pas recommandée (risque accru d'accidents thromboemboliques veineux ; persistance du risque 4 à 6 semaines après arrêt de la pilule).
- Interrompez l'allaitement durant le traitement.

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

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

Effets indésirables	Prévention
 <p>Eruption cutanée</p>	Utilisez un gel ou pain dermatologique sans savon. Evitez l'eau chaude. Séchez par tamponnement. Appliquez un agent hydratant (crème ou lait). Evitez les expositions au soleil, surtout entre 12h et 16h. Portez des vêtements protecteurs, même sous un parasol (réflexion des UVA). Utilisez une protection cutanée d'indice ≥ 50 , à appliquer 30 min avant exposition et à renouveler toutes les 2h.
 <p>Douleurs dans les pieds et les mains, fourmillements, perte de sensibilité</p>	Soignez toute coupure ou lésion (ampoule). N'utilisez pas d'eau chaude (vérifiez la température avec votre coude) ; protégez-vous du froid. Un exercice régulier (marche 3 fois par semaine) et des exercices de relaxation (sophrologie, yoga, tai-chi) peuvent réduire la douleur. Anticipez tout risque de chute (mauvais éclairage, objet au sol) ; utilisez rampes, barres d'appui et canne au besoin. Ayez une alimentation saine et équilibrée.
 <p>Effets digestifs : constipation ou diarrhée, douleurs abdominales, nausées, vomissements, perte d'appétit</p>	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 (son, céréales, pain complet, légumes verts, fruits et fruits secs) et pratiquez une activité physique régulière. En cas de diarrhée , privilégiez une alimentation pauvre en fibres (féculents, carotte, banane...). Evitez certains aliments qui peuvent augmenter le transit intestinal (laitages, fruits-légumes crus, céréales, aliments gras, épices). 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, et 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.
 <p>Bras ou mollet chaud, douloureux et rouge, associé à un essoufflement (thrombose)</p>	Buvez abondamment, surtout en cas de fortes chaleurs. Pratiquez des activités qui favorisent la circulation sanguine (marche, natation). Au cours d'un long voyage (car, avion, voiture), portez des bas ou chaussettes de contention et marchez quelques minutes à intervalles réguliers. Dans certains cas, un traitement antithrombotique pourra vous être prescrit à titre préventif.
 <p>Fatigue</p>	Privilégiez une alimentation saine. Limitez l'usage de psychostimulants (ex : café, tabac et alcool). Soyez prudent en cas de conduite automobile. Respectez des temps de repos dans la journée en conservant une activité même modérée. Couchez vous à heure régulière et dormez suffisamment la nuit.
 <p>Gonflement du visage et des membres</p>	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.
 <p>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</p>	



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 :

- Signes d'infection (fièvre, toux, frissons, brûlures urinaires...)
- Modification de la vision
- Bras ou mollet chaud, douloureux et rouge, associé à un essoufflement
- Tout effet indésirable persistant ou s'aggravant



Contacts utiles :

Remarques :
