

TRAITEMENTS PAR INTERFÉRON

Conseils pour gérer les effets secondaires



Introduction

Votre neurologue vous a prescrit un traitement par interférons dans le cadre de la prise en charge de votre maladie. Ce document vous propose des conseils pour gérer ses éventuels effets secondaires et l'intégrer au mieux dans votre vie quotidienne.

Que sont les interférons ?

Les interférons beta sont des immunomodulateurs qui inhibent certains processus inflammatoires. Ils visent à ralentir l'évolution de la maladie.

Aux HUG, trois types d'interférons sont prescrits :

- ▶ Avonex®
- ▶ Rebif®
- ▶ Plegridy®

Quelles précautions dois-je prendre pour l'injection ?

Pour l'injection : référez-vous au document remis lors de la consultation. Vous pouvez choisir de ne pas utiliser l'injecteur.

- ▶ Sortez le produit de votre réfrigérateur au minimum 30 minutes avant de l'injecter.
- ▶ Changez de zone à chaque injection.

Mon injecteur se nomme :

Mon dosage est de :

Quels sont les principaux effets secondaires ?

Le traitement par interférons par injection peut engendrer principalement deux types d'effets secondaires : des problèmes cutanés ainsi que des symptômes généraux dont le plus fréquent est le syndrome pseudo-grippal.

Les effets secondaires au point d'injection

Que pouvez-vous faire en cas de douleur ?

Après avoir effectué votre injection, vous pouvez ressentir une douleur à l'endroit de la piqûre. Cette sensation douloureuse est généralement due à une injection trop rapide ou un produit trop froid.

Pour la prochaine injection :

- ▶ Sortez le produit de votre réfrigérateur au minimum 30 minutes avant de l'injecter.
- ▶ Appliquez un cold pack sur la zone d'injection quelques minutes avant.
- ▶ Si vous utilisez un injecteur à vitesse modulable, réglez la vitesse d'injection selon votre ressenti.
- ▶ Appliquez après l'injection un cataplasme froid au thé noir qui a des propriétés anti-inflammatoires.

Que pouvez-vous faire en cas de rougeur ?

Il est possible que la zone d'injection devienne rouge. Cette rougeur disparaît généralement en quelques jours, mais peut être gênante d'un point de vue esthétique.

Pour la prochaine injection :

- ▶ Désinfectez d'abord avec un antiseptique non alcoolisé.
- ▶ Si votre antiseptique contient de l'alcool, laissez sécher la peau avant de procéder à l'injection.
- ▶ Ne pincez pas votre peau lors de l'injection.
- ▶ Positionnez l'aiguille ou l'injecteur de manière à ce qu'ils forment un angle droit avec la peau.
- ▶ Appliquez après l'injection un cold pack ou un cataplasme froid au thé noir.

Protégez la zone concernée du soleil, tant que la rougeur est présente.

Que pouvez-vous faire si la peau durcit ?

Une injection trop rapide ou trop froide peut freiner la bonne diffusion du produit. Il en résulte parfois un durcissement de la zone de la piqûre (induration) qui persiste de quelques jours à quelques semaines.

- ▶ Injectez le produit à température ambiante.
- ▶ Changez de zone à chaque injection et ne repiquez pas une induration.
- ▶ Appliquez si besoin, après avis du neurologue, une crème, pommade ou lotion à base de cortisone.

Que pouvez-vous faire si la peau noircit ou se creuse ?

Votre traitement peut provoquer, dans de très rares cas, une nécrose ou une lipoatrophie.

En raison d'une mauvaise absorption du produit, la nécrose se traduit par l'apparition d'une zone de peau noircie à distance de l'injection.

La lipoatrophie est caractérisée par une perte de tissus graisseux et donne une impression de creux sous la peau. Elle apparaît souvent chez les patient·e·s qui ne changent pas de site d'injection.



ATTENTION

Si vous souffrez de nécrose ou de lipoatrophie, ne piquez plus les zones concernées et consultez sans attendre un dermatologue. Prenez également contact avec votre neurologue.

Effets secondaires **généraux**

Comment se manifeste le syndrome pseudo-grippal ?

Le syndrome pseudo-grippal est un effet secondaire fréquent du traitement par interférons de la sclérose en plaques. Il se manifeste notamment par les symptômes suivants :

- ▶ maux de tête
- ▶ fatigue
- ▶ fièvre
- ▶ frissons
- ▶ douleurs musculaires.

D'intensité variable selon les patient.e.s, ce syndrome se manifeste plusieurs heures après une injection. Sa durée peut varier de quelques heures à quelques jours après l'injection. Habituellement, ce syndrome pseudo-grippal disparaît en moyenne après trois mois de traitement.

Que pouvez-vous faire ?

En accord avec votre neurologue, prenez 1g de paracétamol dans l'heure qui suit votre injection. Faites-la de préférence le soir pour moins ressentir les effets du syndrome pseudo-grippal.

+ **INFO**

Ces traitements sont contre-indiqués lors de la grossesse et de l'allaitement. En cas de projet de grossesse veuillez contacter votre neurologue.

Conseils pratiques

Comment conserver les produits d'injection ?

Il est préférable de les conserver entre 2° et 8°C jusqu'à leur date de péremption. Toutefois, vous pouvez garder à température ambiante (sans dépasser les 25°C) :

- ▶ l'Avonex® pendant maximum 7 jours
- ▶ le Rebif® pendant maximum 14 jours
- ▶ le Plegridy® pendant maximum 30 jours.

A quel moment faut-il faire les injections ?

Faites-les, si possible, toujours dans la même tranche horaire. Veillez à choisir un moment propice dans votre journée, par exemple pendant un moment calme où vous ne serez pas interrompu.e. Le délai minimum entre deux injections est de 48h pour l'Avonex et le Rebif et de 7 jours pour le Plegridy.

Que faire en cas d'oubli d'une dose d'Avonex ou de Rebif ?

En cas d'oubli, injectez le produit aussitôt que possible. Décalez la dose suivante en respectant un délai de 48h. Par exemple, vous faites votre injection comme d'habitude le lundi matin à 10h. Le mardi à 14h, vous vous rendez compte que vous l'avez oubliée. Injectez-vous le médicament immédiatement. Les injections suivantes seront effectuées le jeudi à 14h, puis le samedi.

Que faire en cas d'oubli d'une dose de Plegridy ?

Si il reste 7 jours ou plus avant la dose suivante prévue, injectez-vous la dose oubliée immédiatement. Le traitement peut ensuite être poursuivi comme prévu avec la dose suivante.

+ INFO

En cas d'oubli d'un des trois produits ou en cas de questions, n'hésitez pas à contacter Sandrine Bastard (infirmière référente) au ☎ 079 553 99 36 du lundi au vendredi de 7h30 à 14h.

S'il reste moins de 7 jours avant la dose suivante prévue, vous devez commencer un nouveau cycle de 2 semaines en débutant par l'administration de la dose oubliée. Deux doses consécutives de Plegridy ne doivent cependant pas être administrées à moins de 7 jours d'intervalle.

Quelle est la durée du traitement ?

Les traitements par Interférons sont de longue durée et se poursuivent sur plusieurs années. Il est important de ne pas les interrompre sans un avis médical.

A quoi devez-vous rester attentif-ve ?

Parfois, ces traitements peuvent engendrer un sentiment de tristesse ou aggraver un syndrome dépressif. N'hésitez pas à en parler avec votre neurologue ou à votre infirmier-e référent-e.



ATTENTION

Si vous présentez des symptômes inhabituels au cours de votre traitement, n'hésitez pas à en informer votre médecin.

Que pouvez-vous faire d'autre ?

Pour vous aider à gérer votre traitement, vous pouvez tenir un journal dans lequel vous notez le jour, le lieu et l'heure d'injection ainsi que les éventuels effets secondaires que vous avez ressentis.

Si vous avez des questions ou des doutes, n'hésitez pas à prendre contact avec votre infirmier-e référent-e qui vous apporte soutien et conseils.

Informations pratiques

Contacts

Service de neurologie

Sandrine Bastard, infirmière

☎ 079 553 99 36 du lundi au vendredi de 7h30 à 14h

sandrine.bastard@hcuge.ch

Informations utiles

Société suisse de la sclérose en plaques

☎ 021 614 80 80

📍 www.multiplesklerose.ch

Service de neurologie

Bâtiment Lina Stern
Rue Gabrielle-Perret-
Gentil 4
1205 Genève

Accès

Bus 1, 5, 7, 35,
arrêt « Hôpital »

Bus 3,
arrêt « Claparède »
Léman Express, arrêt
« Genève-Champel »

Parkings

H-Cluse et H-Lombard



Cette brochure, testée auprès des patient-e-s, a été réalisée par le Service de neurologie en collaboration avec le Groupe d'information pour patient-e-s et proches (GIPP) des HUG.