

Exemestà

Informació per al pacient

Què és l'exemestà i com s'administra?

L'exemestà és un medicament que s'utilitza en el tractament del càncer de mama. Aquest medicament només funciona en dones postmenopàusiques. Molts tipus de càncers són sensibles a les hormones femenines (amb receptors d'estrògens o progesterona positius) i es pot influir en el seu creixement mitjançant la reducció de les concentracions d'estrògens en l'organisme. L'exemestà s'utilitza per contribuir a reduir la quantitat d'estrògens produïts per l'organisme i disminuir el creixement de tumors sensibles a l'hormona.

Es tracta d'un comprimit que es pren per via oral.

Què cal saber sobre el tractament?



- És important **prendre** l'exemestà exactament tal com us ha indicat el metge. Assegureu-vos d'haver entès les instruccions correctament. L'exemestà es pot prendre amb el menjar o en dejú amb un got d'aigua o de suc.
- **Si us oblideu de prendre una dosi d'exemestà**, preneu-la tan aviat com pugueu, sempre que no hagin transcorregut més de 12 hores de l'hora habitual. Si han passat més de 12 hores de l'horari, no prengueu la dosi oblidada i continueu segons la pauta habitual.
- **Guardau** els comprimits d'exemestà fora de l'abast dels nens, a temperatura ambient i en un lloc fresc, sec i fosc.
- Els comprimits d'exemestà contenen lactosa. La quantitat és molt petita però pot causar molèsties gàstriques en les persones que presenten intolerància a la lactosa.

L'exemestà interacciona amb altres medicaments o aliments?



- Alguns medicaments poden **interactuar** amb l'exemestà. Cal informar el metge de tota la vostra medicació habitual, atès que podria ser necessari modificar-ne la dosi.
- Com que l'exemestà actua reduint la quantitat d'estrògens produïts per l'organisme, **es recomana evitar qualsevol teràpia hormonal**.
- **No prengueu taronges ni suc de taronja** durant tot el tractament, ja que també poden interactuar amb l'exemestà.
- Informeu tots els professionals sanitaris que us atenen que esteu rebent tractament amb l'exemestà abans d'iniciar cap altre tractament.

Quins són els efectes adversos del tractament i què s'ha de fer?

Normalment l'exemestà és ben tolerat i els efectes adversos greus són poc comuns.

A continuació es recullen els efectes adversos més freqüents que es poden presentar durant el tractament amb exemestà i una sèrie de recomanacions que cal seguir en cas de presentar-los. Si tot i les recomanacions continueu presentant efectes adversos, considereu que aquests efectes no es controlen i us amoïnen o presenteu qualsevol altre problema addicional, consulteu el vostre equip assistencial.

EFECTE ADVERS	RECOMANACIONS
Nàusees. Es poden produir a l'inici del tractament amb exemestà i milloren al llarg del tractament. Tot i això, la majoria de les persones no presenten nàusees o en presenten poques.	Si les nàusees us causen molèstia, preneu l'exemestà després de dinar. Consulteu el metge.
Sufocacions (sudoració sobtada i sensació de calor). Acostumen a produir-se a l'inici del tractament i milloren a mesura que el cos s'acostuma al medicament.	Si les sufocacions us causen molèstia: <ul style="list-style-type: none"> • Preneu l'exemestà abans d'anar a dormir. • Si les suors nocturnes us interrompen el son, preneu l'exemestà al matí. • A certes persones els és útil evitar l'alcohol, el menjar picant i la cafeïna. • Feu exercici físic de manera regular. • Intenteu mantenir la temperatura del vostre entorn fresca. • Es recomana vestir amb diferents capes de roba per poder treure-us les més externes si teniu una sufocació. • Si les sufocacions us causen moltes molèsties consulteu el metge.
Dolor muscular o articular.	Podeu prendre paracetamol o ibuprofèn per al dolor lleu o moderat. Consulteu el metge si el dolor interfereix en les vostres activitats diàries.
Mal de cap.	Podeu prendre paracetamol o ibuprofèn.
Si reteniu líquids es poden inflar les mans, els peus o les cames.	<ul style="list-style-type: none"> • Eleveu els peus quan estigueu asseguda. • Eviteu la roba ajustada. Consulteu el metge si teniu moltes molèsties.
Cansament i falta d'energia, pot ser freqüent.	<ul style="list-style-type: none"> • Millora amb l'exercici físic de manera regular; si persisteix o interfereix en les vostres activitats diàries, consulteu el vostre equip assistencial per descartar altres causes.
Dificultat per dormir.	<ul style="list-style-type: none"> • Consulteu el vostre equip de salut.
La caiguda de cabells és poc freqüent amb l'exemestà. Els cabells tornen a créixer una vegada finalitza el tractament i poden canviar de color i de textura.	<ul style="list-style-type: none"> • Utilitzeu xampús i raspalls seus. • Les laques, els tints i els decolorants s'han d'utilitzar amb precaució.
Pèrdua de massa òssia (osteoporosi).	<ul style="list-style-type: none"> • Generalment, quan iniciu aquest tractament el vostre metge us recomanarà suplementes de calç i vitamina D. A més a més, us informarà sobre les modificacions de la dieta i de l'estil de vida per prevenir l'osteoporosi.
Augment dels nivells de colesterol i triglicèrids.	Si teniu antecedents de malaltia cardíaca, pressió arterial alta i triglicèrids alts, informeu-ne el metge. Pot ser que s'hagi de comprovar el vostre nivell de colesterol uns mesos després d'haver iniciat el tractament amb exemestà.



Si presenteu els signes següents, cal consultar els serveis d'atenció URGENT que us hagin indicat:

- **Signes de coàguls sanguinis** (sensibilitat o duresa sobre una vena, inflamació i sensibilitat al tou de la cama, inici sobtat de tos, dolor al pit o manca d'alè).

Si presenteu els signes següents, cal consultar el vostre equip mèdic (en horari de consulta) tan aviat com pugueu:

- Alteracions de la visió.



Si presenteu els signes o símptomes següents, cal comentar-ho al metge en la pròxima visita:

- Nàusees, vòmits, diarrea o restrenyiment no controlats.
- Sufocacions problemàtiques.
- Dificultat per dormir.
- Secrecions, molèsties o hemorràgies vaginals.
- Mal de cap no controlat.
- Depressió.
- Qualsevol altre problema addicional.

Aquesta informació és general i en cap cas no substitueix la informació i les recomanacions que el vostre metge i l'equip assistencial us proporcionaran de manera individualitzada durant el procés assistencial.