

# Sclérose en plaques

## Savoir gérer son traitement par Copaxone<sup>®</sup> au quotidien



Filière SEP

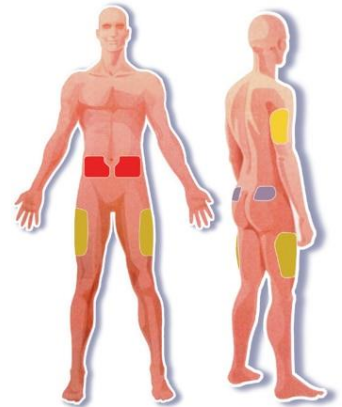
*Cette plaquette a été mise à jour en mars 2021*



## Recommandation avant l'injection

---

- Sortez le traitement du réfrigérateur au moins 30 minutes avant de faire l'injection.  
Les traitements pouvant se conserver à température ambiante peuvent être sortis avant, par exemple, la veille, le matin pour le soir.
- Faire l'injection au calme, en étant le plus détendu possible : allonger la jambe pour injecter dans la cuisse, par exemple.
- Eviter de faire l'injection après un effort physique.
- Se laver soigneusement les mains à l'eau et au savon avant de préparer et d'injecter le produit.
- Désinfecter la peau avec un produit de préférence sans alcool sinon attendre qu'elle soit sèche pour piquer. Vous pouvez également faire votre injection après votre douche.
- Alternez les zones d'injection et alternez également les sites d'injection dans une même zone. N'utilisez pas le même site à chaque fois.
- Attention à ne pas utiliser une aiguille trop courte. En règle générale et sauf avis contraire du neurologue ou de l'infirmière, il est préférable d'utiliser la longueur maximale de l'aiguille (**minimum 8, maximum 12**).
- L'injection se fait dans l'hypoderme, la couche de graisse située sous la peau, perpendiculairement à la peau et sans la pincer.



## L'observance de son traitement ?

---



Faites votre injection toujours dans la même « fourchette » horaire. Ex : après le repas du soir.

Privilégiez des jours fixes pour éviter les oublis.

Notez vos injections sur un calendrier, un agenda (fourni) ou bien via une application smartphone (ex : Cléo).

Une injection peut être décalée de façon exceptionnelle.

## Les effets secondaires cutanés

---

- **La Douleur** : elle peut être due à une injection trop rapide, trop froide.
  - Augmenter si possible la profondeur de l'aiguille (**minimum 8, maximum 12**),
  - Prendre du paracétamol avant l'injection (30 minutes avant),
  - Mettre un linge froid ou poche de gel congelé pour soulager la zone douloureuse,
  - Utiliser crème type Arnigel®.
- **Une rougeur** au niveau du site d'injection peut apparaître ; elle disparaît généralement en quelques jours.
  - Ne pas exposer une rougeur au soleil,
  - Éviter les antiseptiques à base d'alcool,
  - Mettre des crèmes type Biafine® ou gel Aloé Vera.
- **Une induration**, ou sensation de peau plus cartonnée au toucher, peut durer quelques jours.
  - Privilégier une bonne rotation des injections,
  - Faire l'injection en manuelle si possible,
  - Éviter une application froide,
  - Mettre des crèmes dermocorticoïdes si l'induration est superficielle, sinon consulter le médecin.

## Le malaise post Injection après la Copaxone®

---

Ce malaise peut survenir dans les 30 minutes qui suivent l'injection et se manifeste par un ou plusieurs de ces symptômes :

- Sensations d'oppression thoracique,
- Difficultés à respirer,
- Palpitations, angoisse,
- Sensation de chaleur.

Ces symptômes régressent spontanément en quelques minutes.

**Conseil** : S'allonger et attendre que les symptômes disparaissent. Ils peuvent survenir au début du traitement comme après plusieurs injections, une fois ou plusieurs fois.

## Que faire si mon stylo auto injecteur ne fonctionne plus ?

---

**Vous pouvez appeler le n° vert 0 805 400 600** pour signaler votre problème et vous faire livrer chez vous un nouveau stylo.

**Pour rappel** le stylo est à changer 3 ans après la date de fabrication indiquée sur la trousse.

**Signaler tout effet indésirable attendu ou non attendu**