

Sclérose en plaques

Savoir gérer son traitement par Injection au quotidien



Filière SEP

Cette plaquette a été mise à jour en 2022

Qui peut me prescrire mon traitement ?

Il s'agit d'un traitement de fond. Sans date de fin. **Seul votre neurologue** est habilité à vous prescrire ce traitement, votre médecin traitant ne peut le faire. Si votre ordonnance arrive à échéance appelez votre neurologue (le plus tôt possible), une ordonnance vous sera envoyée le temps du prochain rendez-vous.



Comment est-il conservé ?

Votre traitement se conserve au réfrigérateur (pas trop près du compartiment congélation), **entre 2 et 8°**.

Exceptionnellement votre traitement peut conserver à température ambiante (entre 15 et 25°C)

- **PLEGRIDY® (694,74 euros par mois)** maximum **1 mois**
- **REBIF® (580,67 euros par mois)** maximum **2 semaines**
- **AVONEX® (694,74 euros par mois)** maximum **1 semaine**
- **KESIMPTA® (1644.91 euros l'injection)** maximum **1 semaine**

Se déplacer avec son traitement

Il est préférable surtout en période d'été de transporter votre traitement dans une glacière (fourni par laboratoire).

Si vous devez prendre l'avion, conservez votre traitement dans un bagage cabine. Il vous faudra **obligatoirement** pour le transport **l'ordonnance du traitement + certificat de voyage** (votre neurologue vous le fournira à la demande).



L'élimination des déchets

Les seringues sont à déposer dans le container DASRI, que votre pharmacie vous aura fourni.

Une fois plein, vous devez le ramener dans votre pharmacie.

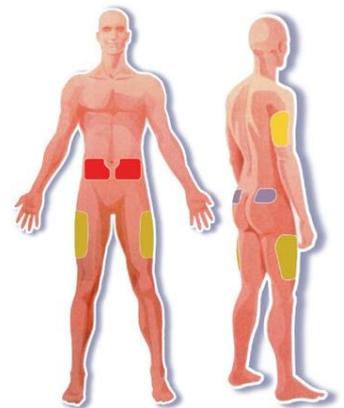
Attention certaines pharmacies ne récupèrent pas les containers pleins.

Vous pouvez repérer les points de collecte le plus près de chez vous sur le site <https://www.dastri.fr/nous-collectons/>



Recommandation avant l'injection

- Sortez le traitement du réfrigérateur au moins 30 minutes avant de faire l'injection.
- Faire l'injection au calme, être 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.
- L'injection se fait dans l'hypoderme, perpendiculairement à la peau et sans pincer la peau.



L'observance de son traitement ?



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

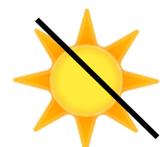
Privilégiez des jours fixes pour éviter les oublis.

De façon exceptionnelle vous pouvez être amené à décaler une injection.

Vous pouvez noter vos injections sur un calendrier, un agenda fournis ou bien via une application smartphone (ex : Cléo).

Les effets secondaires cutanés

- **Rougeur** au niveau du site d'injection (elle peut apparaitre plusieurs jours après l'injection, elle disparaît généralement en quelques jours).
 - Ne pas exposer au soleil une rougeur
 - Eviter les antiseptiques à base d'alcool
 - Mettre crème à base Aloé vera ou Biafine®.



- **Induration** (sensation de peau plus cartonné au toucher). Elle peut durer quelques jours.
 - Privilégier une bonne rotation des injections
 - Faire l'injection en manuelle si possible
 - Eviter une application froide
 - Mettre des crèmes dermocorticoïdes si induration superficielle sinon consultation votre médecin.
- **Le syndrome pseudo-grippal** : Il se caractérise par l'apparition de symptômes pouvant évoquer une grippe : **fièvre, frissons, courbatures, maux de tête, fatigue**. Il peut survenir survient dans les heures qui suivent l'injection et varie d'intensité suivant les patients.
 - Privilégier les injections le soir avant de vous coucher.
 - Prendre systématiquement 1gr de Paracétamol avant l'injection à renouveler si besoin toutes les 4h sans dépasser 4g par jour au besoin un traitement par anti inflammatoire peut vous être prescrit.



Autres effets secondaires :

- **Les troubles biologiques** : les traitements peuvent provoquer une diminution de certains globules blancs (les lymphocytes) ou augmentation des enzymes du foie (ASAT/ALAT).
 - Faire la prise de sang prescrite par le neurologue : **NFS, Plaquettes et Transaminases** avant le début du traitement puis, selon la prescription du neurologue. Apporter les résultats de la biologie à la consultation avec le neurologue. Celui-ci peut être amené à diminuer, voire arrêter de façon provisoire ou définitive l'Interféron en cas d'intolérance biologique.
- **Autres manifestations** La fatigue peut être accrue durant les premières semaines de traitement.
- **Trouble de l'humeur** : si vous sentez une diminution de votre moral, prévenez votre neurologue.



Signaler tout effet indésirable attendu ou non