

## L'AUTO-INJECTION DU MÉTHOTREXATE



*Simple et facile*

*Pour vous, pour la vie*

# **L'auto-injection du Méthotrexate**

par

Aline Morin,  
Infirmière clinicienne  
Clinique externe de rhumatologie

Édition révisée

**Hôpital Maisonneuve-Rosemont, octobre 2007**

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2007  
Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2007

---

**Tous droits réservés**

**©HMR; Programme-clientèle de médecine; clinique externe de rhumatologie, 2007**

**CP-MED-067**

## **Remerciement**

### **Collaborateurs interdisciplinaires :**

Isabelle D Tremblay, pharmacienne  
Dr. Sophie Ligier, rhumatologue  
Dr. Michel Zummer, rhumatologue  
Manon Bougie, infirmière clinicienne  
Carine Lemyre, adjointe administrative  
Marie-Ève Veilleux, patiente  
Carole Scully, patiente  
Alexandra Lambert, patiente  
Lise Lafrance, patiente

### **Comité adviseur :**

Jocelyne Roberge, conseillère clinicienne en soins infirmiers, CSSS De La Montagne  
Johanne Rodrigue, infirmière, Clinique médicale Rhumatologie Rive-Sud  
Michelle Ouellet, infirmière, Institut de rhumatologie de Montréal  
Isabelle D Tremblay, pharmacienne, Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Merci, aux gens atteints d'arthrite, qui nous enseignent le courage et la force de vivre dans l'adversité.

Nous remercions la Compagnie pharmaceutique ABBOTT Canada pour leur contribution financière à la réalisation de cette publication.

Nous remercions également Amélie Terreault et Myrto Nadeau d'avoir bien voulu accepter de poser pour l'illustration de la page couverture.

## Table des matières

Introduction	9
À qui prescrit-on le Méthotrexate?	9
Pourquoi utiliser le Méthotrexate ?	9
Qu'est-ce que le Méthotrexate ?	10
À quelle fréquence se donne l'injection ?	10
L'injection ou les comprimés ?	10
Puis-je prendre en même temps des comprimés et l'injection de Méthotrexate ?	11
Quels sont les avantages du Méthotrexate ?	11
Puis-je m'injecter moi-même ?	11
Quels sont les avantages de l'auto-injection ?	11
Qui ne devrait pas utiliser le Méthotrexate ?	11
Le Méthotrexate est-il rapidement efficace ?	12
Quels sont les effets indésirables du Méthotrexate ?	12
Est-il vraiment nécessaire de faire des prises de sang toutes les 3 à 8 semaines ?	13
À quoi sert l'acide folique ?	13
Y a-t-il des précautions particulières avec la prise de Méthotrexate ?	13
Quand dois-je cesser le Méthotrexate ?	14
Puis-je cesser n'importe quand le Méthotrexate ?	14

Dois-je cesser les autres médicaments en débutant le Méthotrexate?	14
Les agents biologiques : Enbrel, Humira, Oencia, Rémicade et Rituxan sont-ils compatibles avec le Méthotrexate ?	15
Puis-je injecter le Méthotrexate le même jour que l'injection d'un agent biologique ?	15
Où puis-je me procurer le Méthotrexate ?	15
Puis-je préparer moi-même les seringues de Méthotrexate à partir d'une fiole ?	15
Entreposage et stabilité du produit	16
Quels sont les sites d'injections ?	16
Comment faire une auto-injection de Méthotrexate ?	18
Solutions aux inconforts liés à l'injection	20
Évaluation	23
Corrigé	24
Bibliographie	27
Annexe I	29
Annexe II	30
Annexe III	31
Annexe IV	32
Annexe V	33
Exemple :	34

## Introduction

Ce document est un guide d'apprentissage conçu pour vous permettre de bien connaître votre nouveau médicament : le Méthotrexate. Vous trouverez plusieurs sections explicatives afin de mieux comprendre l'utilité du Méthotrexate, dont :

- ses avantages,
- ses effets indésirables,
- les précautions concernant son utilisation,
- les étapes à suivre pour l'injection sous-cutanée (c'est-à-dire sous la peau),
- un aide-mémoire pour la technique d'injection abrégée (Annexe I) ainsi qu'un rappel des notions importantes (Annexe II).

Un test visant à évaluer vos connaissances fait aussi partie du document.

## À qui prescrit-on le Méthotrexate?

Le Méthotrexate est utilisé fréquemment pour le traitement de différentes maladies auto-immunes<sup>1</sup> et pour certaines formes de cancer. Il est toutefois important de savoir, qu'en ce qui concerne l'arthrite, il est donné à petite dose.

## Pourquoi utiliser le Méthotrexate ?

Le docteur Andy Thompson, rhumatologue, explique que l'arthrite est ressentie comme une douleur brûlante dans les articulations. Il compare la maladie à un feu qui s'installe dans la cuisine. Si on le laisse flamber, le feu détruira la pièce et se propagera dans le reste de la maison. Le même phénomène se produit avec l'arthrite inflammatoire : si on la laisse évoluer, elle risque d'atteindre les os et le cartilage. Il est essentiel de traiter rapidement la maladie pour éviter que les articulations ne se détériorent. Le Méthotrexate pourrait être comparé à un pompier qui tente d'éteindre le feu et tout comme dans un incendie, plus vite le pompier est sur place, moins grands seront les dommages.

---

<sup>1</sup> Maladie auto-immune : Les individus atteints de maladies auto-immunes produisent des anticorps contre leurs propres tissus.

- Le Méthotrexate est reconnu comme le plus efficace des anti-rhumatismaux à action lente (ARAL)<sup>2</sup>. C'est le médicament le plus souvent utilisé pour traiter l'arthrite. Il est peu coûteux et son utilisation à chaque semaine peut être un avantage pour certaines personnes. Toutefois, il a parfois besoin d'une équipe pour mieux contrôler l'arthrite. C'est pourquoi il est souvent utilisé en association avec d'autres médicaments.

## **Qu'est-ce que le Méthotrexate ?**

Le Méthotrexate est un médicament cytotoxique, c'est-à-dire qu'il peut être toxique pour certaines cellules du corps. Il change l'utilisation que fait le corps de l'acide folique, une vitamine nécessaire à la croissance des cellules. Par conséquent, il favorise la diminution des cellules inflammatoires, ce qui a pour effet de réduire la douleur et le gonflement des articulations causés par l'arthrite. Possiblement que d'autres mécanismes, pas encore bien compris, soient aussi favorables à l'efficacité du Méthotrexate.

On utilise le Méthotrexate à petite dose pour le traitement de l'arthrite.

## **À quelle fréquence se donne l'injection ?**

Le Méthotrexate est un des rares médicaments à être administré une seule fois par semaine. Il vous suffit de choisir le jour de la semaine qui vous convient le mieux et de toujours conserver le même jour.

## **L'injection ou les comprimés ?**

Le Méthotrexate donné en injection est mieux absorbé que lorsqu'on prend les comprimés par la bouche. Il devient ainsi plus facile d'atteindre la dose à laquelle vous répondez le mieux.

L'injection réduit certains inconforts gastro-intestinaux causés par la prise des comprimés.

De plus, l'injection sous-cutanée se fait avec une petite aiguille, ce qui rend son utilisation simple et peu douloureuse.

---

<sup>2</sup> ARAL : les antirhumatismaux à action lente sont une classe de médicaments dont le but est d'atténuer l'inflammation et de prévenir les dommages articulaires.

## **Puis-je prendre en même temps des comprimés et l'injection de Méthotrexate ?**

Non, si votre médecin modifie la prise par la bouche du Méthotrexate à la forme injectable, il est essentiel d'attendre une semaine avant de débiter les injections sous-cutanées. Vous pouvez donc conserver le même jour d'administration.

## **Quels sont les avantages du Méthotrexate ?**

Il permet de :

- Réduire la douleur et le gonflement des articulations,
- Améliorer votre capacité à vaquer à vos activités quotidiennes,
- Retarder ou prévenir les dommages à long terme causés par l'arthrite,
- Améliorer le contrôle de la maladie et augmenter votre confort.

## **Puis-je m'injecter moi-même ?**

Oui, le Méthotrexate s'injecte facilement par vous ou par un membre de votre famille.

## **Quels sont les avantages de l'auto-injection ?**

Elle permet de :

- Diminuer vos visites à la clinique ou au CLSC,
- D'avoir plus de contrôle et d'indépendance sur votre horaire et vos déplacements,
- Développer une certaine confiance en vos habiletés.

## **Qui ne devrait pas utiliser le Méthotrexate ?**

- Les personnes qui ont déjà eu une allergie à ce médicament;
- Les femmes enceintes ou qui essaient de le devenir et celles qui allaitent;
- Les hommes qui planifient activement une grossesse avec leur partenaire;
- Les personnes qui ont une infection active;
- Les personnes qui ont une maladie du foie, des reins ou des anomalies du sang.

## **Le Méthotrexate est-il rapidement efficace ?**

Le médicament peut prendre 4 à 12 semaines avant que vous en ressentiez les bienfaits. Il se pourrait que vous deviez attendre de 4 à 6 mois avant d'avoir l'effet maximal du médicament. Lors de l'arrêt du médicament, la perte de son effet sera graduelle et peut s'étendre jusqu'à 3 à 4 mois.

Selon votre réponse au médicament, il est possible que votre médecin ajuste la dose au cours du traitement.

## **Quels sont les effets indésirables du Méthotrexate ?**

Les effets indésirables du Méthotrexate sont bien connus et habituellement faciles à tolérer. De plus, comme on l'utilise à faible dose une fois par semaine, ses effets sont souvent à faible intensité. Votre médecin vous aidera à les solutionner. Contactez-le au besoin.

Voici les plus courants :

- Nausée et diarrhée,
- Ulcères dans la bouche,
- Sensation d'inconfort physique et de fatigue pendant 12 à 24 heures après l'injection,
- Maux de tête,
- Irritabilité.

Voici les plus rares :

- Sensibilité accrue de la peau au soleil,
- Légère perte de cheveux,
- Problème de foie,
- Diminution des globules blancs (ceux-ci agissent comme des soldats qui luttent contre les infections),
- Diminution des plaquettes sanguines (celles-ci jouent un rôle dans la coagulation du sang),
- Problèmes pulmonaires (une toux sèche, un souffle court ou de la fièvre; nécessitent que vous contactiez rapidement votre médecin).

## **Est-il vraiment nécessaire de faire des prises de sang toutes les 3 à 8 semaines ?**

Oui, les effets indésirables au niveau du foie, des globules blancs et des plaquettes sont rares et souvent asymptomatiques. Ils sont réversibles s'ils sont détectés tôt, grâce à la prise de sang que vous ferez toutes les 3 à 8 semaines.

Il est donc essentiel de respecter la fréquence des prises de sang demandées par votre médecin. Ce suivi sanguin est obligatoire tant et aussi longtemps que vous recevez le Méthotrexate. Un suivi régulier vous permet d'avoir un traitement sécuritaire.

## **À quoi sert l'acide folique ?**

Le Méthotrexate modifie l'utilisation que fait le corps de l'acide folique, une vitamine nécessaire à la croissance des cellules.

La prise de comprimés d'acide folique permet de diminuer certains effets indésirables qui pourraient survenir durant votre traitement avec le Méthotrexate.

C'est pourquoi, votre médecin pourrait vous recommander un supplément d'acide folique.

## **Y a-t-il des précautions particulières avec la prise de Méthotrexate ?**

- La consommation d'alcool pourrait augmenter les effets indésirables sur votre foie. Discutez-en avec votre médecin.
- Ce médicament augmente la sensibilité de votre peau au soleil. Il est recommandé d'éviter l'exposition directe au soleil et d'utiliser une crème solaire FPS 15 ou plus, lors de vos activités en plein air.
- Les hommes et les femmes en âge de procréer doivent utiliser une méthode contraceptive sûre et efficace durant le traitement au Méthotrexate. Si vous planifiez une grossesse, discutez-en avec votre médecin, il vous indiquera le délai nécessaire entre l'arrêt du traitement et le moment où vous pourrez concevoir un enfant. Ce médicament peut entraîner des malformations congénitales et causer des fausses couches.

- Ne pas allaiter pendant votre traitement au Méthotrexate.
- Si on vous prescrit un nouveau médicament, vérifiez avec votre médecin ou votre pharmacien s'il y a une interaction avec le Méthotrexate.

## **Quand dois-je cesser le Méthotrexate ?**

Certaines situations nécessitent l'arrêt temporaire du médicament et pour chacune d'entre elles, contactez votre médecin.

- Ulcères dans la bouche,
- Nausées, vomissements ou diarrhées,
- Grippe avec fièvre,
- Infection sévère active,
- Si vous pensez être enceinte, contactez votre médecin sans tarder.

## **Puis-je cesser n'importe quand le Méthotrexate ?**

Oui, votre traitement peut être cessé en tout temps. Toutefois, en cessant le Méthotrexate, vous pourriez avoir une poussée d'arthrite. La prise régulière de la médication est importante pour le contrôle des symptômes à long terme. Il est préférable de discuter avec votre médecin avant l'arrêt de votre traitement.

## **Dois-je cesser les autres médicaments en débutant le Méthotrexate ?**

Vous devez continuer de prendre tous vos médicaments habituels, à moins d'avis contraire de la part de votre médecin. Plusieurs médicaments peuvent être prescrits par votre médecin en association avec le Méthotrexate pour le traitement de l'arthrite dont :

- Les anti-inflammatoires (Voltaren<sup>®</sup>, Naprosyn<sup>®</sup>, Celebrex<sup>®</sup>, etc.),
- L'acétaminophène (Tylénol<sup>®</sup>),
- La prednisone,
- Les autres anti-rhumatismaux (Salazopyrin<sup>®</sup>, Plaquenil<sup>®</sup> et sels d'or).

## **Les agents biologiques : Enbrel<sup>®</sup>, Humira<sup>®</sup>, Oencia<sup>®</sup>, Rémicade<sup>®</sup> et Rituxan<sup>®</sup> sont-ils compatibles avec le Méthotrexate ?**

Oui, en débutant un de ces médicaments, vous devez continuer les injections de Méthotrexate, à moins d'avis contraire de votre médecin. La combinaison du Méthotrexate et d'un agent biologique favorise un meilleur contrôle de la maladie et diminue le risque de développer des anticorps possible avec certains agents biologiques. Discutez-en avec votre médecin.

## **Puis-je injecter le Méthotrexate le même jour que l'injection d'un agent biologique ?**

Plusieurs personnes préfèrent s'injecter les deux médicaments le même jour. Demandez l'avis de votre médecin. Toutefois, si donnés le même jour, injectez-les dans deux sites différents. Exemple : le Méthotrexate dans la cuisse gauche et l'Humira<sup>®</sup> ou Enbrel<sup>®</sup> dans la cuisse droite.

## **Où puis-je me procurer le Méthotrexate ?**

Certaines pharmacies spécialisées sont équipées pour préparer le Méthotrexate en seringues prêtes à être utilisées. Nous vous indiquerons où vous procurer le médicament si vous le désirez.

Les pharmacies spécialisées peuvent livrer la médication à votre domicile ou à votre pharmacie habituelle.

## **Puis-je préparer moi-même les seringues de Méthotrexate à partir d'une fiole ?**

Nous pensons que la meilleure pratique est de se procurer des seringues prêtes à être utilisées. Vous évitez ainsi le risque de répandre du médicament dans votre environnement, et de mettre les gens de votre entourage en contact avec un médicament qui ne leur est pas destiné. De plus, les seringues préparées vous évitent de faire une erreur de dose lors de la préparation de l'injection.

## Entreposage et stabilité du produit

- Le Méthotrexate est limpide et jaune pâle.
- Il est livré en seringues prêtes à être utilisées, habituellement pour une période de 4 semaines (4 seringues).
- Chaque seringue porte une date d'expiration du produit.
- Conserver les seringues selon les recommandations de la pharmacie. Habituellement on conserve le produit au réfrigérateur entre 2°C et 8°C en tout temps. La température de conservation ne devrait jamais dépasser 25°C, même pendant l'été.
- Éviter les températures excessives chaudes ou froides. Ne pas entreposer près du four ou dans le coffre à gant de votre automobile.
- Garder à l'abri de la lumière car celle-ci change la stabilité du produit. Conserver les seringues dans le sac brun fourni par la pharmacie.
- Garder hors de la portée des enfants et des animaux de compagnie.
- Lors d'un voyage à l'extérieur, il est recommandé d'utiliser un sac isolé, de style boîte à lunch, avec un contenant réfrigérant (*ice pack*).
- Pour les voyages en avion, votre médecin pourra vous signer une lettre pour éviter des désagréments (Annexe IV).

## Quels sont les sites d'injections ?

Le tissu sous-cutané recouvre tout le corps. Cependant à cause des articulations, des nerfs et des vaisseaux sanguins, certaines régions ne sont pas favorables pour recevoir l'injection.

Les meilleurs sites sont les plus facilement accessibles :

- Sur le ventre à 5 cm ou 2 pouces du nombril (figure 3),
- Sur le devant de la cuisse côté externe (figure 2),

➤ Sur la face externe du haut du bras si injecté par une autre personne (figure 4).

Choisir un site où il n'y a pas de rougeur, d'inflammation, d'induration, de vaisseaux sanguins, de grain de beauté, de cicatrice et de démangeaison. Un bon éclairage vous aidera à choisir le meilleur site.

Il est recommandé de changer de site à chaque injection. Pour ce faire, nous vous suggérons de noter le site à chaque injection. (À l'Annexe V vous trouverez un outil qui vous servira d'aide mémoire)

## Comment faire une auto-injection de Méthotrexate ?

### Matériel requis :

- Seringue livrée par votre pharmacie, la sortir du réfrigérateur 15 minutes avant l'injection,
- Aiguille stérile,
- Ouate,
- Alcool,
- Contenant à déchet cytotoxique (demandez-le à la pharmacie),
- Gants jetables approuvés pour la manipulation des agents cytotoxiques, si injection par une autre personne (Annexe 3),
- Solution d'eau de javel : 70 ml d'eau de javel (1/4 de tasse) pour environ 625 ml d'eau (2 1/2 tasses).



Figure 1

### Préparation à l'injection :

- Nettoyer la surface de travail;
- Se laver les mains;
- Sortir tout le matériel requis (figure 1);
- Installer le matériel sur la surface propre;
- Être accompagné, au besoin seulement de la personne qui vous assiste, évitez d'être en présence d'enfants ou de petits animaux pour éliminer les distractions;
- Choisir un site d'injection;



Figure 2



Figure 3

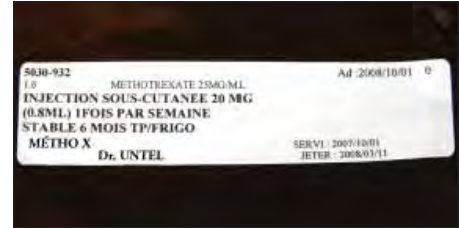


Figure 4

- Se laver les mains une deuxième fois.

## Vous êtes prêt :

- Installez-vous confortablement.
- Vérifiez la seringue\*:
  - votre nom,
  - la dose,
  - la date d'expiration,
  - l'aspect de la solution (doit être limpide et jaune clair).



\*Si un des éléments n'est pas adéquat, contacter votre pharmacien.

- Nettoyez le site d'injection avec de l'alcool ou avec un savon doux et de l'eau. Attendez que la peau soit sèche avant d'injecter (environ 30 secondes).
- Ouvrez l'emballage de l'aiguille en la laissant dans son enveloppe. L'aiguille est stérile. Si elle touche quoi que ce soit, vous devez la changer. Votre pharmacien pourra vous en donner quelques-unes en surplus. Vous devez changer d'aiguille à chaque injection.
- Enlevez le capuchon de la seringue, puis vissez l'aiguille à la seringue et enlevez le capuchon protecteur de l'aiguille en tirant d'un mouvement sec.
- Avec votre main dominante, tenez la seringue comme un crayon et avec l'autre main, pincez la peau du site d'injection.
- Tenez la seringue à 2,5 cm (1 pouce) du site d'injection, à un angle de 90°.
- Insérez doucement l'aiguille dans le pli cutané, puis lâchez la peau tout en maintenant la seringue en place.
- D'une main, tenez la seringue pour lui assurer une stabilité et de l'autre, poussez doucement sur le piston.
- Une fois le médicament injecté, comptez jusqu'à 5, puis retirez l'aiguille en retenant la peau avec un tampon d'ouate. Appuyez sur le site avec le tampon pendant trente secondes.

- Jetez la seringue et la ouate dans le contenant à déchet cytotoxique. Ne remettez pas le capuchon de l'aiguille avant de jeter la seringue.
- Si l'injection est donnée par une autre personne, celle-ci devra porter des gants sans poudre, spécialement conçus pour les médicaments cytotoxiques. Référez-vous à votre pharmacien pour savoir comment les obtenir (Annexe III).
- Rapportez le contenant à déchet cytotoxique chez votre pharmacien quand il est plein aux 3/4, évitez de le surcharger. Il vous en remettra un autre et se chargera de la destruction sécuritaire des déchets. Vous ne devez pas jeter le contenant dans vos ordures ménagères.
- Nettoyez la table avec la solution d'eau de javel.
- Lavez-vous les mains.
- Notez la date et le site d'injection.

## **Solutions aux inconforts liés à l'injection**

Si vous touchez un petit vaisseau sanguin en injectant votre médicament, cela vous causera peut-être une petite ecchymose (bleu) au site d'injection qui devrait disparaître en peu de temps.

Si vous avez souvent des bleus aux sites d'injection, installez-vous dans un endroit bien éclairé, afin de vous assurer de ne pas piquer dans un vaisseau sanguin et prenez l'habitude de faire une pression avec la ouate pendant 30 secondes, à la fin de l'injection.

Si l'odeur de l'alcool vous est désagréable, remplacez l'alcool par votre savon préféré. Très rarement, le Méthotrexate peut causer une rougeur ou de l'irritation au site d'injection. Si c'est le cas, contactez votre médecin il vous aidera à trouver une solution.

L'injection le soir, avant de se coucher, évite parfois de ressentir certains effets indésirables comme la nausée car ils se produiront durant la nuit.

Laisser fondre un cube de glace sur le site d'injection juste avant de vous donner le Méthotrexate peut aider à diminuer l'inconfort de la piqûre.

Si vous vous sentez fatigué après votre injection, donnez vous le Méthotrexate un jour de la semaine où vous avez peu d'activité.

Si vous n'aimez pas vous piquer, vous êtes normal !!! Un individu sain aime rarement se faire mal, aussi minime soit la douleur causée par l'injection.

Nous vous suggérons d'associer la soirée du Méthotrexate à un évènement agréable, par exemple :

- Faire une soirée cinéma-maison et maïs soufflé;
- Téléphoner à un être cher;
- Planifier un projet intéressant pour la fin de semaine.

Vous êtes un membre actif de l'équipe de traitement de l'arthrite, nous vous en remercions. Rappelez-vous que l'auto-injection du Méthotrexate a pour but d'améliorer votre qualité de vie.

## Évaluation

1. Je dois m'injecter toujours le même jour de la semaine.  
Vrai                  Faux
2. La prise de sang est nécessaire pour que le traitement soit sécuritaire.  
Vrai                  Faux
3. La prise de boisson alcoolisée régulière peut me causer des problèmes au niveau du foie.  
Vrai                  Faux
4. J'avise le médecin si j'ai des effets secondaires indésirables.  
Vrai                  Faux
5. Je peux cesser les prises de sang toutes les quatre semaines, après deux ans de traitement.  
Vrai                  Faux
6. Je peux disposer des seringues utilisées dans la poubelle de ma cuisine.  
Vrai                  Faux
7. Le Méthotrexate se conserve à l'abri de la lumière et loin des enfants.  
Vrai                  Faux
8. Je peux me piquer n'importe où sur la cuisse et sur le ventre à 5 cm ou 2 pouces du nombril.  
Vrai                  Faux
9. Je dois aviser le médecin que je prends du Méthotrexate chaque fois qu'il me prescrit un nouveau médicament.  
Vrai                  Faux
10. Je peux utiliser toujours la même aiguille à chaque injection.  
Vrai                  Faux
11. L'injection en soirée diminue certains inconforts.  
Vrai                  Faux
12. Je dois porter des gants spéciaux pour m'injecter le Méthotrexate.  
Vrai                  Faux

**Corrigé à la page suivante**

## Corrigé

1. **Vrai** : Le Méthotrexate est un des rares médicaments à être administré une seule fois par semaine. Il vous suffit de choisir le jour de la semaine qui vous convient le mieux et de toujours conserver le même jour.
2. **Vrai** : Les effets indésirables au niveau du foie, des globules blancs et des plaquettes sont rares et souvent asymptomatiques. Ils sont réversibles s'ils sont détectés tôt, grâce à la prise de sang que vous ferez toutes les 3 à 8 semaines.
3. **Vrai** : La consommation d'alcool pourrait augmenter les effets indésirables sur votre foie.
4. **Vrai** : Certaines situations nécessitent l'arrêt temporaire ou permanent du médicament et pour chacune d'entre elles, contactez votre médecin.
  - Ulcères dans la bouche,
  - Nausées, vomissements ou diarrhées,
  - Grippe avec fièvre,
  - Infection sévère active,
  - Maux de tête sévère,
  - Difficulté respiratoire,
  - Malaises importants 24 à 48 heures suivant la prise du Méthotrexate.
5. **Faux** : Il est essentiel de respecter la fréquence des prises de sang demandées par votre médecin. Ce suivi sanguin est obligatoire tant et aussi longtemps que vous recevez le Méthotrexate. Un suivi régulier vous permet d'avoir un traitement sécuritaire.
6. **Faux** : Votre pharmacie vous fournira sans frais un contenant à déchet cytotoxique, dans lequel vous disposerez de la seringue, de la ouate et des gants, si utilisés. Rapportez le contenant chez votre pharmacien quand il est plein au 3/4.
7. **Vrai** : Garder à l'abri de la lumière, car celle-ci change la stabilité du produit. Conserver les seringues dans le sac brun fourni par la pharmacie. Garder hors de la portée des enfants et des animaux de compagnie.
8. **Faux** : Le tissu sous-cutané recouvre tout le corps. Cependant à cause des articulations, des nerfs et des vaisseaux sanguins, certaines régions ne sont pas

favorables pour recevoir l'injection. Vous devez, vous injecter sur le devant de la cuisse, côté externe ou sur le ventre à 5 cm ou 2 pouces du nombril.

9. **Vrai :** Il faut aviser chaque médecin qui me prescrit un nouveau médicament que je prend du Méthotrexate, afin d'éviter les incompatibilités.
10. **Faux :** Vous devez utiliser une aiguille stérile à chaque injection.
11. **Vrai :** L'injection le soir, avant de se coucher, évite parfois de ressentir certains effets indésirables comme la nausée car ils se produiront durant la nuit.
12. **Faux :** Vous n'avez pas à porter de gants si vous vous injectez vous-même le produit. Toutefois, si le Méthotrexate est injecté par une autre personne, celle-ci portera les gants suggérés en annexe III.

## Bibliographie

Association of Rheumatology Health Professionals. Clinical care in the rheumatic diseases. 3rd edition. Atlanta, GA : American College of Rheumatology, 2006.

Asstsas; Gallant, Claude. Dossier « Médicaments dangereux : Nouvelles mesures de prévention ». Objectif Prévention 2006; 29 (5):9-26.

<http://www.asstsas.qc.ca/documentation/op/op295009.pdf>

Charrette, France; Gagnon, André; Perreault, Linda. Produits cytotoxiques pour les patients et leur famille. Montréal : Hôpital Maisonneuve-Rosemont, 1998.

[Brochure] [http://biblio.hmr.qc.ca/produits\\_cytotoxiques.pdf](http://biblio.hmr.qc.ca/produits_cytotoxiques.pdf)

Hôpital Maisonneuve-Rosemont; DSI. Technique de soins infirmiers. Vol. 1 : Section 3 : 3.2 Injection hypodermique ou sous-cutanée. Montréal : HMR, 2006.

North East London Cancer Network. Guidelines for the safe prescribing and administration of cytotoxic drugs. London, UK : NELCN, 2005.

Royal College of Nursing. Administering subcutaneous Methotrexate for inflammatory arthritis. RCN Guidance for nurses. London, UK : RCN, 2004. 68 p.

<http://www.rcn.org.uk/publications/pdf/administering-methotrexate.pdf>

Société d'arthrite; Société canadienne de rhumatologie. Guide du consommateur sur les médicaments contre l'arthrite. Montréal : Société d'arthrite, 2007.

<http://www.arthrite.ca/programs%20and%20resources/publications/default.asp?s=1>

Thompson, Andy. Fiche d'information sur le Méthotrexate. Ottawa : Société canadienne de rhumatologie, Avril 2005.

[http://www.rheumbook.com/rheum\\_info/med\\_info/METHOTREXATE\\_INFORMATION\\_SHEET\\_FRENCH\\_VERSION.HTM](http://www.rheumbook.com/rheum_info/med_info/METHOTREXATE_INFORMATION_SHEET_FRENCH_VERSION.HTM)

## Annexe I

### En bref

### Technique d'injection du Méthotrexate

1. Préparez le matériel requis :
  - Vérifiez la seringue de Méthotrexate : nom, dose, date d'expiration, aspect jaune limpide,
  - Aiguille sous-cutanée,
  - Tampon d'alcool et ouate,
  - Solution d'eau et d'eau de javel.
2. Lavez-vous soigneusement les mains ou portez des gants, si donné par une autre personne.
3. Choisissez le site d'injection et nettoyez-le.
4. Fixez l'aiguille à la seringue, puis enlevez le capuchon de l'aiguille.



Sur le devant de la cuisse côté externe



Sur le ventre à 5cm ou 2 pouces du nombril



Côté externe du bras

5. Avec votre main dominante, tenez la seringue comme un crayon et avec l'autre main, pincez la peau.
6. Tenez l'aiguille à 2,5 cm (1 pouce) au dessus du pli cutané et l'insérer doucement dans la peau.
7. D'une main, tenez la seringue et de l'autre poussez doucement sur le piston, afin d'injecter le Méthotrexate.
8. Faites une pression sur le site d'injection pendant 30 secondes.
9. Jetez la seringue et la ouate dans le contenant pour déchet cytotoxique.
10. Lavez-vous les mains, puis notez le site et la date de l'injection. Profitez-en pour vérifier la date de la prochaine prise de sang.

## Annexe II

### En bref

- On prend le Méthotrexate une seule fois par semaine.
- On fait les prises de sang aux 3 à 8 semaines ou selon les recommandations de votre médecin.
- On évite les boissons alcoolisées.
- On ne conçoit pas d'enfant lorsque l'on est sous traitement avec le Méthotrexate que l'on soit un homme ou une femme, et on ne doit pas allaiter.
- Il faut arrêter le traitement et contacter son médecin, en cas de toux sèche et d'essoufflement, de fièvre ou d'ulcère dans la bouche.
- Il faut aviser chaque médecin qui me prescrit un nouveau médicament que je prends du Méthotrexate, afin d'éviter les incompatibilités.
- Il faut aviser ma pharmacie usuelle que je reçois du Méthotrexate en injection.

## **Annexe III**

Toute personne qui injecte le Méthotrexate à une autre personne doit porter des gants approuvés pour la manipulation de produits cytotoxiques, dès la préparation du médicament.

Votre pharmacien vous conseillera afin de vous permettre de vous les procurer.

### **Exemples :**

- Gants GAMMEX en latex de la Compagnie Ansell
- Gants purple NITRILE sans latex de la Compagnie Safeskin

**\*Le port de gants n'est pas requis pour la personne qui s'injecte elle-même le Méthotrexate.**

## Annexe IV

(Exemple de lettre d'information médicale qui vous sera remise)



*Pour vous, pour la vie*

Date

Madame X Métho  
44, rue Notre-Dame  
Pohénégamook (Québec) G0L 4J0

**Objet : Madame X Métho, Information médicale, No à la RAMQ :  
MÉT-X 1601 0000**

---

Madame,  
Monsieur,

Madame Métho est suivie en rhumatologie à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont à Montréal pour une polyarthrite rhumatoïde.

Pour contrôler sa maladie, Madame Métho doit s'injecter du Méthotrexate par voie sous-cutanée une fois par semaine. Ceci l'oblige à se déplacer avec des seringues et des aiguilles.

Merci de votre compréhension.

Dr. Untel  
Rhumatologue

AL/cl



**Exemple :**

<b>INJECTION DU MÉTHOTREXATE</b>					
<b>Date</b>	<b>Dose de Méthotrexate</b>	<b>Site d'injection</b>	<b>Date de la prise de sang</b>	<b>Commentaires</b>	
26 septembre	15 mg	Cuisse droite			
2 octobre			Prise de sang faite		
3 octobre	15mg	Abdomen droit			
5 octobre				Rendez-vous rhumatologue	
10 octobre	↑ 17,5 mg	Abdomen gauche			