

# Bien connaître le METHOTREXATE en comprimé (Imeth<sup>®</sup>, Novatrex<sup>®</sup>, Méthotrexate Bellon<sup>®</sup>) ou injectable (Imeth<sup>®</sup>, Metoject<sup>®</sup>, Nordimet<sup>®</sup>)

## Les points clés à retenir :

- 1 Respectez les dates d'examens de suivi, programmées par votre médecin, afin de vous assurer que le traitement est bien toléré par votre organisme. Régulièrement, des analyses de sang et de la moelle vous seront prescrites ainsi que des examens pour vérifier le bon fonctionnement de votre foie et de vos reins.
- 2 Utilisé de longue date, le méthotrexate est aujourd'hui, le traitement de référence contre la polyarthrite rhumatoïde.
- 3 Prenez de l'acide folique (vitamine B9), un jour différent de celui choisi pour le méthotrexate, afin de réduire les effets indésirables du traitement.
- 4 Contactez immédiatement votre médecin en cas d'effets indésirables inhabituels comme une toux persistante accompagnée d'un essoufflement.
- 5 Soyez vigilant sur le dosage hebdomadaire prescrit par votre médecin (exprimé en mg par semaine) et **prenez le méthotrexate uniquement une fois par semaine**, à jour fixe.
- 6 Toutes les formes n'ont pas le même dosage. Faites bien attention de vérifier celui qui vous a été prescrit.

## Qu'est-ce que le méthotrexate ?

Le méthotrexate peut se prendre sous deux formes, soit en comprimés à avaler (Imeth<sup>®</sup>, Methotrexate Bellon<sup>®</sup> comprimé, Novatrex) soit en injection (Metoject<sup>®</sup>, Imeth<sup>®</sup>, Nordimet<sup>®</sup> seringues pré-remplies). Ces cinq médicaments, prescrits contre la polyarthrite rhumatoïde, font partie des traitements dits « de fond » ou anti-PR car leur action est ciblée contre les mécanismes de la PR. Le méthotrexate peut être associé à des traitements dits « symptomatiques » (et/ou de « confort ») comme les médicaments anti-inflammatoires ou les anti-douleurs. Pour plus d'efficacité, il peut être prescrit avec une biothérapie ou d'autres traitements de fond anti-PR comme Arava<sup>®</sup>, Plaquenil<sup>®</sup> etc..

## Comment agit le méthotrexate ?

Ce médicament fait partie de la famille de médicaments anti-PR appelés « immunomodulateurs » qui ont pour effet de lutter contre certaines substances ou cellules impliquées dans le dérèglement des défenses immunitaires et l'inflammation chronique des articulations.

## Le méthotrexate en pratique :

Imeth<sup>®</sup>, Novatrex<sup>®</sup> et Méthotrexate Bellon<sup>®</sup> se présentent sous la forme de comprimés à avaler en une seule prise avec un verre d'eau, **une fois par semaine** et à jour fixe (n'hésitez pas à demander à votre médecin quel jour convient le mieux). Metoject<sup>®</sup> et Imeth<sup>®</sup> injectable (ou Nordimet<sup>®</sup>) se présentent sous la forme d'un liquide contenu dans une seringue pré-remplie (ou d'un stylo). L'aiguille fine des seringues permet d'injecter le produit dans un pli de peau (on parle d'injection sous cutanée). Les injections ont lieu **une fois par semaine** et vous pourrez décider de les réaliser vous-même. Le méthotrexate existe aussi sous une forme injectable intramusculaire, mais cette prescription est de plus en plus rare. Afin de réduire les effets indésirables du méthotrexate, votre médecin vous prescrira également de l'acide folique (vitamine B9) à prendre en complément de votre traitement de fond et un jour différent de celui choisi pour le méthotrexate. En fonction de votre tolérance au traitement, votre médecin peut vous conseiller de répartir la prise des médicaments sur plusieurs moments de la journée. La poursuite du traitement devra être évaluée tous les 3 mois par votre médecin.

## Comprimés

### Imeth<sup>®</sup> Méthotrexate Bellon<sup>®</sup> et Novatrex<sup>®</sup> :

**Rythme de prise des comprimés sur une semaine :**  
(pratiques d'usage)\*

**Imeth<sup>®</sup> :** En général, 1 à 2 comprimé de 10 mg par semaine en une seule prise. Mais soyez attentif, il existe deux dosages (2,5 mg et 10 mg) pour permettre de prendre la dose exacte prescrite. Parlez-en avec votre pharmacien.

**Novatrex<sup>®</sup> :** 3 à 10 comprimés par semaine en une seule prise.

**Methotrexate Bellon<sup>®</sup> :** 3 à 10 comprimés par semaine en une seule prise.

Compte tenu du risque de confusion lié au maniement de la forme orale, l'utilisation d'une forme injectable est à privilégier si vous craignez de vous tromper dans les dosages.  
Sous cette forme, on observe une meilleure efficacité du traitement et une meilleure tolérance digestive.

## Injections (seringues & stylos)

### Imeth<sup>®</sup> Metoject<sup>®</sup> et Nordimet<sup>®</sup> :

**Rythme des injections sur une semaine :**  
(pratique d'usage)\*

**Une injection par semaine**

\* Le médecin peut être amené à modifier la dose, cependant la posologie validée par l'Autorisation de Mise sur Marché est de 7,5mg une fois par semaine sans excéder au total 25mg par semaine.

Ce document rédigé par un groupe d'experts, est non exhaustif. Il est édité par l'Association Andar, association de malades, qui œuvre pour les personnes atteintes de polyarthrite rhumatoïde. N'hésitez pas à contacter votre médecin ou pharmacien pour toute question complémentaire.



	Matin	Après-midi
Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

Cochez le jour qui vous convient le mieux : par exemple le méthotrexate le mardi et l'acide folique le jeudi.

**M : Methotrexate**  
**B9 : Acide folique**

Indiquez la dose par semaine en mg :

.....

Nombre de comprimés par semaine en une seule prise :

.....



	Matin	Après-midi
Lundi		
Mardi		
Mercredi		
Jeudi		
Vendredi		
Samedi		
Dimanche		

Cochez le jour qui vous convient le mieux : par exemple le méthotrexate le mardi et l'acide folique le jeudi.

**M : Methotrexate**  
**B9 : Acide folique**

Indiquez la dose par semaine en mg :

.....

WWW.POLYARTHRITE-ANDAR.ORG  
TÉLÉCHARGEZ LES FICHES SUR LE SITE :  
APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

N°Vert 0 800 001 159

POUR VOUS PROCURER D'AUTRES FICHES APPELEZ LE



UN FORUM DE DISCUSSION : WWW.PARLONSDELAPR.FR  
UN SITE INTERNET CERTIFIÉ HON : WWW.POLYARTHRITE-ANDAR.ORG

ANDAR@POLYARTHRITE-ANDAR.COM  
149, AVENUE DU MAINE • 75014 PARIS

ANDAR

Bien connaître le METHOTREXATE  
Imeth - Novatrex - Bellon - Imeth - Métoject - Nordimet  
pour mieux vivre son traitement

Bien connaître le METHOTREXATE  
Imeth - Novatrex - Bellon - Imeth - Métoject - Nordimet  
pour mieux vivre son traitement

Bien connaître le METHOTREXATE  
Imeth - Novatrex - Bellon - Imeth - Métoject - Nordimet  
pour mieux vivre son traitement

**Bien connaître le METHOTREXATE**

Imeth® - Novatrex® - Bellon® - Imeth... - Métoject® - Nordimet®  
pour mieux vivre son traitement

ANDAR

149, AVENUE DU MAINE • 75014 PARIS  
ANDAR@POLYARTHRITE-ANDAR.COM

UN SITE INTERNET CERTIFIÉ HON : WWW.POLYARTHRITE-ANDAR.ORG  
UN FORUM DE DISCUSSION : WWW.PARLONSDELAPR.FR

**Bien connaître le METHOTREXATE**

Imeth® - Novatrex® - Bellon® - Imeth... - Métoject® - Nordimet®  
pour mieux vivre son traitement

**Bien connaître le METHOTREXATE**

Imeth® - Novatrex® - Bellon® - Imeth... - Métoject® - Nordimet®  
pour mieux vivre son traitement

POUR VOUS PROCURER D'AUTRES FICHES APPELEZ LE

► N° Vert 0 800 001 159

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

TÉLÉCHARGEZ LES FICHES SUR LE SITE :  
WWW.POLYARTHRITE-ANDAR.ORG

# Réponses aux questions les plus fréquentes

## Comment m'organiser si je dois me faire opérer ?

Informez votre médecin si vous devez vous faire opérer car le méthotrexate diminue vos défenses immunitaires. Cependant, il ne sera pas nécessaire d'interrompre le traitement ou de décaler l'intervention.

## Puis-je me faire soigner les dents ?

Le traitement habituel d'une carie ou un détartrage restent possibles pendant le traitement. Pour les opérations dentaires plus lourdes à risque infectieux (pose d'un implant, extraction, abcès), votre dentiste peut décider de vous prescrire un traitement préventif par antibiotique.

## Puis-je me faire vacciner ?

Oui, les vaccins contre la grippe (tous les ans) ou contre le pneumocoque (tous les 3 à 5 ans), ainsi que la plupart des vaccins sont recommandés lorsque les défenses immunitaires sont diminuées. Les vaccins à éviter, lorsque l'on prend du méthotrexate sont les vaccins « vivants atténués » tels que le vaccin contre la fièvre jaune, contre la tuberculose (BCG), contre la rougeole (ROR), contre la varicelle et contre la poliomyélite (par voie orale).

## Comment apprendre à réaliser soi-même l'injection Imeth®, Métoject® et Nordimet®

L'injection est facile. Elle nécessite une simple désinfection de la peau sur la zone d'injection. Les premières injections peuvent être réalisées par une infirmière. Il existe également des documents pour vous expliquer les différentes étapes de l'injection si vous choisissez de les réaliser vous-même. Le méthotrexate injectable se présente sous la forme d'une seringue préremplie à conserver hors de portée des enfants et à ne pas soumettre à une température de plus de 25°C. Dans sa forme injectable intramusculaire, l'injection sera réalisée systématiquement par une infirmière.

## Qui peut renouveler mon ordonnance ?

Comme votre première prescription de médicament, l'ordonnance peut être renouvelée par votre rhumatologue ou votre médecin généraliste.

## Puis-je m'exposer au soleil ?

Le traitement par méthotrexate peut rendre la peau plus sensible au soleil. Si vous souhaitez vous exposer au soleil, utilisez des crèmes affichant un indice de protection élevé (supérieur à 50+). Une surveillance dermatologique régulière est conseillée. En cas de coup de soleil, suspendre le traitement jusqu'à la fin de la rougeur.

## Quand va-t-on savoir si le traitement est efficace ?

L'efficacité du traitement peut prendre plusieurs semaines avant de se manifester, le maximum est attendu, en fonction des personnes, au bout de deux à trois mois. Dans l'attente des premiers effets bénéfiques, maintenez le dialogue avec votre médecin. Il peut vous prescrire un traitement antidouleur adapté en attendant l'effet maximum du traitement.

## Que dois-je faire si j'ai oublié de prendre le méthotrexate ?

Ne vous inquiétez pas, prenez votre médicament dès que vous vous en souvenez et attendez une semaine avant de prendre la dose suivante. En cas de doute demandez conseil à votre médecin.

## Pourra-t-on un jour arrêter le traitement ?

Comme pour tous les traitements de fond, le méthotrexate doit être continué même lorsque les signes de la maladie ont disparu. S'il est efficace et bien toléré, il doit être poursuivi.

## Que faire en cas de rhume, de mal de ventre ou de mal de tête ?

Pas de panique, tout le monde peut être malade à certains moments de l'année à la suite d'une indigestion ou avoir un mal de tête. Par contre, signalez à votre médecin tout signe anormal qui dure plus d'une journée, d'autant plus si vous avez de la fièvre. Un traitement pourra alors vous être prescrit, par un exemple un antibiotique.

## Vie intime, grossesse et allaitement :

Si vous désirez avoir un enfant, parlez-en à votre médecin. Il est formellement contre-indiqué pour les femmes et pour les hommes d'avoir un enfant pendant le traitement, en raison des risques connus de malformation du fœtus. Utilisez des moyens contraceptifs efficaces pendant la durée du traitement. Un délai de 1 mois pour les femmes et 3 mois pour les hommes après l'arrêt du traitement doit être respecté avant d'arrêter toute contraception. Le traitement sera suspendu pendant la grossesse. Par prudence, il est aussi déconseillé d'allaiter votre enfant pendant le traitement. Vous pouvez éventuellement constater une baisse de la libido : parlez en avec votre médecin.

## Comment conserver mon traitement par injection ?

Conservez le médicament à une température ne dépassant pas 25°C, dans sa boîte, à l'abri de la lumière. Ne le mettez pas au congélateur.

L'Andar remercie les professeurs Laure Gossec, Thao Pham et les docteurs Sandrine Jousse-Joulin et Laurent Grange pour leur participation bénévole à la rédaction de cette fiche.

## Mon apparence physique va-t-elle changer ?

Le traitement n'a généralement pas d'impact sur votre physique mais peut provoquer dans certains cas, une perte de cheveux modérée, ainsi que des aphtes. Si cela vous gêne, vous pouvez en parler à votre médecin pour mettre en place des solutions adéquates (par exemple la prise d'acide folique).

## Puis-je voyager pendant mon traitement ?

Vous pouvez voyager, y compris à l'étranger. Pensez à prendre avec vous vos ordonnances (si possibles traduites en anglais), une quantité suffisante de médicament ainsi qu'une trousse de secours contenant de quoi désinfecter d'éventuelles blessures. Il est formellement contre-indiqué de se faire vacciner contre la fièvre jaune, obligatoire pour se rendre dans certains pays, ce qui peut limiter les destinations de voyage. Renseignez-vous auprès de votre médecin au minimum 3 mois avant votre départ pour avoir le temps de programmer les vaccinations. Enfin, pensez à renforcer les règles d'hygiène dans les pays peu développés (éviter les aliments crus, se laver les mains, préférer l'eau en bouteille...) pour réduire les risques d'infection.

Si vous prenez le méthotrexate sous sa forme injectable et que vous devez voyager en avion, demandez l'autorisation de le conserver avec vous, en cabine. Il est recommandé aussi de ne pas exposer le médicament à une température supérieure à 25°C.

## Est-ce que je peux conduire pendant mon traitement ?

Le médicament n'entraîne pas de troubles de la concentration et n'affecte pas l'aptitude à la conduite.

## Puis-je consommer de l'alcool ?

Afin d'écarter les risques d'effets indésirables toxiques pour votre foie, la consommation d'alcool doit être très occasionnelle ou évitée.

## Le méthotrexate, est-ce une chimiothérapie ?

Oui, le méthotrexate est un médicament utilisé depuis plusieurs décennies dans le traitement de certains cancers. Par contre, les doses utilisées dans le traitement contre la PR sont beaucoup plus faibles que les doses prescrites en cancérologie.

On peut utiliser des traitements classiques (synthétiques) ou des biomedicaments (biologiques), issus du vivant, à ne pas confondre avec "bio".

### CARTE DE TRAITEMENT

À MONTRER AUX PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Nom / name : ..... I am currently receiving a chronic treatment  
Prénom / surname : ..... (Méthotrexate) that lowers immune  
Date : ..... defenses.  
Je signale recevoir un traitement chronique  
qui diminue les défenses immunitaires : Signature : .....  
Imeth®  Novatrex®  Méthotrexate Bellon®  Imeth® injectable  Métoject®  Nordimet®