

VIVRE

Vos initiatives, vos ressources en ostéoporose

Pensée du jour : « Ce que nous prévoyons se produit parfois. Ce que nous attendons le moins se produit toujours. » - *Benjamin Disraeli*

Période des questions lors du forum virtuel : Les prochaines éditions de **VIVRE** contiendront les questions posées par les participants et les réponses de nos experts lors du premier forum du RCPO. Veuillez noter que ceux qui n'ont pas eu la chance de participer au forum : « *Les bienfaits et les risques des médicaments pour le traitement de l'ostéoporose* » pourront le visionner en visitant le site www.osteoporosecanada.ca jusqu'au 2 juin 2009. Pour y accéder, il suffit de cliquer sur le lien [Plus >>](#) à la suite de l'article sur le forum situé à la droite de la page, ensuite sur le lien [cliquez ici](#). Ce forum se déroule en anglais. Pour accéder au visionnement, assurez-vous de bien inscrire vos prénom et nom de famille ainsi que votre adresse courriel et de suivre les indications.

1. Q. : Que puis-je faire? J'ai déjà pris des comprimés de bisphosphonate et j'ai éprouvé de violents effets secondaires? Depuis longtemps je souffre de reflux gastriques et d'inflammation à l'œsophage et à la paroi de l'estomac. Je suis une femme ayant reçu un diagnostic d'ostéoporose à l'âge de 47 ans; j'ai essayé tous les bisphosphonates oraux et j'ai éprouvé un problème à l'œsophage, de la diarrhée ainsi que des douleurs aux os. Aujourd'hui à 57 ans, je ne prends plus de médicament, car à cause des effets secondaires j'ai dû me rendre quelquefois à l'hôpital pour y recevoir un autre traitement. Quelle est la solution? Mon ostéoporose s'aggrave. Je ne bénéficie pas d'aucune couverture médicale pour obtenir l'injection annuelle. Je reçois des prestations d'invalidité. Pourrais-je m'inscrire à un essai clinique?

R. : Étant donné que vous avez des problèmes avec les bisphosphonates oraux, le traitement annuel par injection s'avère une bonne solution pour vous. Par contre, il faudrait en parler avec votre médecin. Les régimes d'assurance-médicaments ne sont pas les mêmes dans chaque province, et si vous habitez dans l'Ouest du pays, vous avez raison, l'acide zolédronique ne fait pas partie de la liste des médicaments couverts. Puisque ce médicament a été testé et approuvé par Santé Canada à la suite d'essais cliniques, aucun autre essai clinique pour ce type de médicament n'est actuellement en cours au Canada. D'autres traitements pharmacologiques sont disponibles tels l'hormonothérapie, les MSRE, la tériparatide et la calcitonine. En plus, si vous suivez un traitement,

assurez-vous de consommer suffisamment de calcium et de vitamine D. Nous recommandons un apport de 1 500 mg de calcium et d'au moins 800 UI de vitamine D provenant de différentes sources à tous les jours.

2. Q. : Je prends de l'Actonel[®] depuis trois ans, mais ma densité osseuse diminue de 2 % à tous les ans. Devrais-je changer de médicament?

R. : Vous devez en parler avec votre médecin, puisqu'il est au courant de vos antécédents médicaux et de votre situation personnelle. Les questions que nos experts posent souvent lorsqu'ils voient une diminution de la densité osseuse sont :

- S'agit-il vraiment d'une diminution de la densité osseuse? Les tests ont-ils été exécutés correctement et ont-ils été comparés?
- Est-ce que le patient a bien suivi les instructions et a-t-il pris le médicament prescrit de la façon appropriée?
- Y a-t-il d'autres raisons pour lesquelles le patient subit une diminution de sa densité minérale osseuse? Faudrait-il faire une autre analyse du patient afin d'éliminer la probabilité de causes secondaires de perte de la densité osseuse? Si votre médecin semble incertain de répondre à ces questions, nous vous suggérons de rencontrer un médecin spécialiste en ostéoporose.

3. Q. : J'éprouvais beaucoup d'effets secondaires avec Fosamax[®] et j'ai changé pour Actonel[®]. J'ai encore des effets secondaires, mais moins qu'avant. En prenant une dose mensuelle, est-ce que les effets seraient pires ou semblables à ceux que j'éprouve lorsque je prends un comprimé par semaine?

R. : Impossible de répondre avec certitude puisque nous ignorons la façon dont votre organisme réagira à ce changement. Nous vous suggérons d'en parler avec votre médecin avant d'essayer le dosage mensuel. Il n'y a que deux options : vous prenez un comprimé de 150 mg une fois par mois ou bien deux comprimés de 75 mg durant deux jours consécutifs à chaque mois.

4. Q. : Que faut-il prendre après avoir consommé FORTEO[®] pendant 18 mois? (Note : Cette question a été également formulée ainsi : « Je prends du FORTEO[®]. Quand le traitement de 18 mois sera complété, quel médicament me recommandez-vous de prendre? Je suis au milieu du traitement FORTEO[®] »)

R. : Voilà une question à discuter avec votre médecin. La sécurité et l'efficacité du FORTEO[®] n'ont pas été évaluées pour une période supérieure à 24 mois. Il est recommandé actuellement qu'une personne ayant pris FORTEO[®] pendant 18 mois continue avec un traitement inhibiteur de résorption osseuse. Les

médicaments faisant partie de cette catégorie de traitements sont les bisphosphonates (Fosamax[®] et Actonel[®]) et les MSRE (Evista[®]) par exemple.

On peut vivre bien avec l'ostéoporose

Histoires d'os :

Des affiches étranges :

- ✓ Dans un lavoir automatique : Veuillez enlever tous vos vêtements aussitôt que la lumière s'éteint.
- ✓ Dans une ferme : Fumier de cheval : 1 \$. Faites-le vous-même : 50 ¢

Aide-mémoire : Assurez-vous d'avoir une **saine alimentation**, de faire les **exercices** appropriés, de prendre vos suppléments de **calcium** et de **vitamine D** ainsi que toute **médication** prescrite par votre médecin en suivant les recommandations.

VIVRE est publié à tous les deux vendredis. Nous espérons que vous aimez lire cette infolettre et que les renseignements fournis vous sont utiles. Visitez-le : www.osteoporosecanada.ca pour obtenir une information à jour.

« Les renseignements contenus dans ce bulletin sont purement informatifs et ne remplacent en rien les conseils et les recommandations d'un médecin ou tout autre professionnel de la santé pour la prévention et le traitement de l'ostéoporose. Pour toute question à ce sujet, veuillez en discuter avec votre médecin. Vous ne devez jamais ignorer l'avis d'un médecin à la suite d'une lecture de ce bulletin ou de toute autre littérature. Si vous désirez vous désabonner, veuillez indiquer votre adresse de courriel à l'endroit approprié. Votre nom sera retiré de la liste d'envoi. »