Exemestan

vid Bröstcancer

Om din behandling

Examestan är en antihormonell behandling som minskar produktionen av östrogen (det kvinnliga könshormonet). Detta minskar risken för din typ av cancerceller att föröka sig. Du tar tabletterna 1 gång om dagen utan uppehåll. Behandlingen pågår vanligtvis under flera år. Avsluta eller ändra inte din behandling på egen hand.

Så tar du läkemedlet

Svälj tabletterna hela med vatten. Ta tabletterna efter en måltid vid en och samma tidpunkt varje dag.

Om du har glömt att ta tabletten ska du inte ta dubbel dos nästa dag. Johannesört bör undvikas under behandlingen då det påverkar effekten av läkemedlet. Läs mer i bipacksedeln.

Biverkningar - symtom och tips

Biverkningarna vi listar här är de vanligaste och viktigaste. De kan variera mycket mellan olika personer och ofta är de vanligast i början av behandlingen.

Berätta för din läkare eller sjuksköterska om du har besvärliga biverkningar. Det kan finnas möjlighet att byta behandling.

Smärta i muskler och leder

Smärta i muskler och leder är vanligt.

Tips

- Träning och rörelse är bra. Fysisk aktivitet stärker både muskler och leder.
- Receptfria läkemedel med paracetamol kan användas vid tillfällig ledvärk. Vid inflammation kan läkemedel av typen NSAID vara aktuella.

Besvär med huden och torra slemhinnor i underlivet

Slemhinnorna i underlivet kan bli torra och du kan få flytningar. Det finns en liten ökad risk för livmodercancer. Kontakta därför vården om du får en oväntad blödning från underlivet.

Tips:

Mot torra slemhinnor i underlivet kan vaginalgel, vagitorier och mjukgörande kräm (utan östrogen) användas.

Huden blir ofta torr

Tips:

När du tvättar huden, var varsam och använd mild tvål. Smörj ofta med mjukgörande kräm.

Vallningar

Värmevallning och svettning är vanligt.

Tips:

- Regelbunden fysisk aktivitet och styrketräning dämpar ofta besvären på sikt.
- Om du har besvär nattetid, håll svalt i sovrummet.
- Minska intaget av alkohol, koffein, rökning och stark mat som kan utlösa vallningar.

Initiativförmåga, humör och nedstämdhet

Du kan känna att du saknar initiativförmåga, få humörsvängningar och känna dig nedstämd.

Tips Trötthet och nedstämdhet kan lindras av att röra på sig regelbundet i vardagen. Fysisk träning eller annan aktivitet kan påverka humör och sömn till det bättre.

Viktuppgång

Hormonbehandlingen kan påverka kroppens ämnesomsättning så att du lättare går upp i vikt. Trötthet kan också göra att du inte orkar röra på dig som vanligt.

Tips:

Det finns ingen särskild kost eller diet som är bättre än någon annan för att minska i vikt. Det som avgör är hur mycket energi du äter i förhållande till det du behöver. Det är också viktigt att du trivs med dina matvanor och kan behålla dem över lång tid.

Benskörhet

Det finns en ökad risk för benskörhet när du tar behandlingen under lång tid. Din sköterska eller läkare tar ställning till om du ska göra bentäthetsundersökning.

Allmän information och råd om cancer

Bra information om cancer finns hos både 1177 och Cancerfonden. För allmänna råd och stöd kontakta Cancerrådgivningen