



BISPHOSPHONATES

(Acide alendronique ou Alendronate: Fosamax® ou Alendronate générique d'EG, Mylan, Sandoz, Teva)

(Acide risédronique ou Risédronate: Actonel® ou Risédronate générique d'EG, Sandoz)

(acide zolédronique ou Zolédronate : Aclasta®)

(acide pamidronique ou Pamidronate : Aredia®)

ENSEMBLE C'EST

CLAIR



TABLE DES MATIÈRES

Que sont les bisphosphonates et comment fonctionnent-ils ?	3
Dans quelles maladies les bisphosphonates sont-ils utilisés ?	3
Comment prendre les bisphosphonates ?	4
Formes orales.....	4
Formes intra-veineuses.....	4
Précautions.....	4
Quels sont les avantages d'un traitement aux bisphosphonates ?	5
Puis-je prendre des bisphosphonates en association avec d'autres médicaments ? (uniquement pour les formes orales)	5
Quels sont les risques et potentiels effets indésirables des bisphosphonates ?	6
D'autres informations importantes à propos des bisphosphonates ?	7
Alcool.....	7
Conservation et voyage.....	7
Vaccinations.....	7
Fertilité des hommes.....	7
Fertilité des femmes, grossesse et allaitement.....	8
Qui peut répondre à mes questions à propos des bisphosphonates?	8

QUE SONT LES BISPHOSPHONATES ET COMMENT FONCTIONNENT-ILS ?

Tout au long de notre vie, l'os se renouvelle en permanence : c'est le **remodelage osseux** avec en général, résorption par les ostéoclastes et création d'os par les ostéoblastes, qui sont en équilibre. On estime qu'en 10 ans, tout le squelette est refait.

Avec la diminution de certaines hormones comme après la ménopause ou l'andropause, le processus se dérègle et certaines zones de l'os ne sont plus « entretenues ». Cela affaiblit les os, qui du coup, se brisent plus facilement. À terme, ce déséquilibre aboutit à ce que l'on appelle l'ostéoporose.

Les bisphosphonates augmentent indirectement la densité minérale osseuse en bloquant la résorption osseuse. Ils ont montré leur efficacité pour prévenir les fractures (tous les types de fractures dont les fractures vertébrales et de la hanche). Ils sont prescrits pour traiter l'ostéoporose ou pour la prévenir chez ceux qui présentent un risque accru (corticothérapie par exemple). Divers médicaments appartiennent à ce groupe. En Belgique, l'acide alendronique, l'acide risédronique et l'acide zolédronique sont les bisphosphonates les plus couramment prescrits.

DANS QUELLES MALADIES LES BISPHOSPHONATES SONT-ILS UTILISÉS ?

Votre médecin vous prescrira des bisphosphonates lorsqu'un diagnostic d'ostéoporose avec risque fracturaire net est posé. La prise de glucocorticoïdes au long cours et d'autres maladies plus rares comme la maladie de Paget sont d'autres indications.

COMMENT PRENDRE LES BISPHOSPHONATES ?

Les bisphosphonates existent sous forme de comprimés (alendronate et risédronate) ou en forme intra-veineuse (zolédronate, pamidronate).

Formes orales

La dose hebdomadaire habituelle d'acide alendronique est de 70 mg et celle d'acide risédronique, de 35 mg.

Prenez toujours les comprimés le même jour.

Des comprimés pour une dose journalière existent aussi. Votre médecin déterminera avec vous quelle dose est la plus appropriée pour vous.

Prenez le comprimé immédiatement après le réveil, à jeun, avec un grand verre d'eau du robinet (pas d'eau minérale). Restez en position verticale (assis ou debout) et attendez 20-30 minutes avant de manger et/ou de boire.

Si vous devez prendre plusieurs médicaments, ne les prenez jamais en même temps que les bisphosphonates.

Prendre les comprimés de cette manière leur permettra de fonctionner le mieux possible et diminuera considérablement les risques d'effets indésirables (voir ci-dessous).

Formes intra-veineuses

L'acide zolédronique se donne en perfusion intra-veineuse, une fois par an. La dose est de 5mg et la durée de la perfusion est de 30 minutes en général. Elle peut être plus longue dans certains cas (insuffisance rénale modérée).

Le Pamidronate ne se donne plus pour prévenir des fractures ostéoporotiques mais dans certaines indications plus rares.

Précautions

Avant le début du traitement par bisphosphonates, votre médecin vérifiera le fonctionnement de vos reins, les taux de vitamine D sanguins et le taux

de calcium dans votre sang. Si ces examens révèlent des problèmes sérieux, le traitement sera reporté.

QUELS SONT LES AVANTAGES D'UN TRAITEMENT AUX BISPHOSPHONATES ?

Etant donné que l'ostéoporose n'est pas accompagnée de symptômes (par exemple, des douleurs), les avantages des bisphosphonates ne seront pas directement perceptibles. Néanmoins, même si vous ne le percevez pas, vos os sont renforcés et le risque de fractures est diminué.

Un suivi de la masse osseuse est en général prescrit tous les deux ans (parfois 1 fois par an dans certaines situations). L'ostéodensitométrie est autrement appelée absorptiométrie car on mesure la quantité de rayons qui traverse l'os : plus elle est élevée, plus l'os est poreux et donc fragile.

Cet examen s'accompagne d'un bilan sanguin à jeun et parfois des radiographies de la colonne vertébrale.

PUIS-JE PRENDRE DES BISPHOSPHONATES EN ASSOCIATION AVEC D'AUTRES MÉDICAMENTS ? (UNIQUEMENT POUR LES FORMES ORALES)

Prendre des bisphosphonates **en même temps** que d'autres médicaments et/ou en mangeant peut perturber leur action. C'est le cas en particulier si les autres médicaments contiennent du calcium, du magnésium, de l'aluminium ou du fer. C'est pourquoi il ne faut pas prendre les bisphosphonates en même temps que d'autres médicaments et/ou en mangeant.

Dans la plupart des cas, quand vous prenez des bisphosphonates, votre médecin vous prescrira également des comprimés de calcium et/ou de vitamine D3. Il est important de suivre ce conseil, pour éviter qu'un trop faible taux de calcium dans votre sang ne vous occasionne des problèmes durant le traitement.

Faites attention si vous prenez des médicaments qui peuvent provoquer des troubles à l'estomac ou à l'œsophage comme des AINS (par exemple de l'ibuprofène, du diclofénac ou du naproxène). La prise d'anticoagulants oraux oriente en général le choix du bisphosphonate vers la forme intraveineuse (Aclasta®).

Les bisphosphonates ne peuvent pas être consommés en association avec certains autres médicaments contre l'ostéoporose.

Il est donc nécessaire de toujours préciser à votre médecin ou pharmacien quels médicaments vous prenez et de les informer si votre traitement change.

QUELS SONT LES RISQUES ET POTENTIELS EFFETS INDÉSIRABLES DES BISPHOSPHONATES ?

Comme la plupart des médicaments, les bisphosphonates peuvent avoir des effets indésirables. Certains sont relativement fréquents, d'autres, très rares, mais ces effets indésirables sont loin de se présenter chez tous les patients. La notice en donne une liste exhaustive. Si les effets secondaires potentiels vous inquiètent, parlez-en à votre médecin. Réduire la dose peut diminuer ces effets et permettre de continuer le traitement.

La plupart des patients supportent assez bien les bisphosphonates et il est rare qu'ils causent des effets indésirables graves. Les effets indésirables les plus fréquents sont des symptômes pseudo-grippaux légers, tels que des douleurs musculaires et articulaires, des maux de tête ou de ventre, des vertiges, des nausées et des brûlures d'estomac. Cela est surtout vrai pour les formes intra-veineuses.

Votre rhumatologue vous conseillera en général de consulter votre dentiste avant tout traitement par bisphosphonates ; en effet des soins dentaires importants (extraction dentaire par exemple) ne seront probablement pas faits par votre dentiste si vous prenez déjà des bisphosphonates. Demandez à un dentiste d'effectuer régulièrement un examen dentaire approfondi et planifiez d'éventuelles interventions avant le début du traitement.

Dans certains cas exceptionnels, une réaction allergique aux bisphosphonates est possible. En cas de symptômes soudains tels que des problèmes cutanés, de la fièvre, un gonflement de la gorge, de la langue ou de certaines glandes, arrêtez immédiatement de prendre le médicament et contactez rapidement votre médecin.

D'AUTRES INFORMATIONS IMPORTANTES À PROPOS DES BISPHOSPHONATES ?

Alcool

Une consommation (modérée) d'alcool ne pose pas de problèmes pendant un traitement aux bisphosphonates.

Conservation et voyage

Conservez toujours le médicament dans l'emballage d'origine et à température ambiante (pas plus de 30°C).

Si vous voyagez à l'étranger, gardez avec vous une attestation du médecin, reprenant le nom du médicament, la durée de votre traitement et les doses prévues. Si vous voyagez en avion, mettez le médicament dans votre bagage à main.

Vaccinations

Vous pouvez sans problèmes vous faire vacciner pendant un traitement aux bisphosphonates.

Fertilité des hommes

Si vous prenez des bisphosphonates et que vous désirez avoir des enfants, parlez-en avec votre médecin. Il existe assez peu d'informations à propos des effets de ces médicaments sur la fertilité.

Fertilité des femmes, grossesse et allaitement

Si vous désirez avoir des enfants ou si vous tombez enceinte, avertissez rapidement votre médecin. Il existe assez peu d'informations à propos des effets des bisphosphonates sur la gestation, c'est pourquoi il est déconseillé d'en prendre pendant la grossesse.

On ne sait pas non plus si ces médicaments se transmettent dans le lait maternel, c'est pourquoi il est déconseillé d'allaiter pendant un traitement aux bisphosphonates.

QUI PEUT RÉPONDRE À MES QUESTIONS À PROPOS DES BISPHOSPHONATES?

En cas d'inquiétude, contactez votre médecin.

Pour de plus amples informations à propos de votre maladie, vous pouvez consulter le site CLAIR.be. Il donne les références de nombreuses brochures que vous pouvez consulter ou commander gratuitement.

La notice officielle a servi de base pour cette brochure, ainsi que les brochures de ReumaNederland, NRAS & Arthritis Research (UK), AN-DAR (France), Arthritis Australia, les fiches du CRI et celles de l'American College of Rheumatology.

Merci aux professeurs et docteurs francophones et néerlandophones, au Professeur R. Westhovens (KULeuven) et au Professeur P. Durez (UCL) ainsi qu'aux patients experts de ReumaNet et de CLAIR pour leur relecture et leurs retours.

Toute notre reconnaissance envers le Docteur Laurent Meric de Bellefon qui a révisé l'ensemble des brochures, nous permettant ainsi d'avoir un texte final clair et agréable à lire.



© ReumaNet vzw (www.reumanet.be – info@reumanet.be) et
CLAIR asbl (www.clair.be – info@clair.be) - 2021