

O SEU PLANO DE AÇÃO

TAFINLAR® (dabrafenib)/MEKINIST® (trametinib)

(a ser preenchido por um elemento da sua equipa de oncologia)

Nome do doente _____ *Nome completo* Data _____ *Data de hoje*

Efeitos secundários discutidos _____

Pontos-chave _____

COMO TOMAR A SUA MEDICAÇÃO:

- Tafinlar é tomado por via oral (boca), duas vezes por dia. A sua dose é _____
- Mekinist é também tomado por via oral (boca), mas apenas uma vez por dia. A sua dose é _____
- O Mekinist deve ser tomado à mesma hora todos os dias, de preferência com a dose de Tafinlar da manhã ou da noite
- Ambos os medicamentos devem ser tomados pelo menos 1 hora antes das refeições ou 2 horas depois das refeições
- O Mekinist deve ser armazenado num frigorífico (ou saco refrigerado se estiver a viajar) no frasco original com a tampa bem fechada para proteger o medicamento do calor, da luz e da humidade. Pergunte à sua equipa de oncologia que fazer se se esquecer de manter o Mekinist no frio.

O QUE FAZER SE SE ESQUECER DE UMA TOMA:

- Se se esqueceu de fazer uma toma de Tafinlar e faltarem menos de 6 horas para a próxima toma, **NÃO TOMAR** a toma esquecida. Se faltarem mais de 6 horas para a próxima toma, faça a toma
- Se se esquecer de uma toma de Mekinist e faltarem menos de 12 horas para a sua próxima toma, **NÃO TOMAR** a toma esquecida. Se faltarem mais de 12 horas para a sua próxima toma, faça a toma

Formas que o podem ajudar a lembrar-se de tomar os seus comprimidos: Pode utilizar o calendário em anexo, anotando cada dose que toma. Pode também usar um alarme no seu telemóvel, ou colocar lembretes em espelhos, portas, ou no seu portátil. Pode decidir o que funciona melhor para si.

Certifique-se que leva o seu calendário para as suas consultas com a sua equipa de oncologia.

Se você ou a sua parceira ficar grávida: Informe de imediato a sua equipa de oncologia se você ou a sua parceira ficar grávida ou pensar que está grávida enquanto toma estes medicamentos, pois podem prejudicar um feto em desenvolvimento. Não se esqueça de usar um método contraceptivo eficaz se for uma mulher em idade fértil ou um homem sexualmente ativo.

Efeitos secundários comuns desta terapia combinada: Mesmo os efeitos secundários ligeiros podem ser graves e deve comunicar **TODOS** eles ao seu oncologista. Os efeitos secundários mais comuns de tomar Tafinlar/Mekinist são...

- | | | |
|-------------------|--------------------------------------|--------------------------|
| • Erupção cutânea | • Vômitos | • Tosse |
| • Febre | • Tensão arterial elevada | • Dores nas articulações |
| • Calafrios | • Inchaço do rosto, braços ou pernas | • Espessamento da pele |
| • Náusea | • Dor de cabeça | • Verrugas |
| • Diarreia | | • Queda de cabelo |

SINAIS DE UMA REAÇÃO ALÉRGICA AOS MEDICAMENTOS:

Pare de tomar os seus medicamentos e obtenha ajuda médica imediatamente se tiver algum destes sinais de uma reacção alérgica grave:

- Uma erupção cutânea ou vermelhidão em todo o seu corpo
- Problemas em respirar ou engolir
- Inchaço do rosto, dos lábios ou da língua
- Aperto na garganta ou rouquidão
- Sensação de desmaio
- Um batimento cardíaco rápido

Poderá optar por manter um caderno como diário de tratamento e escrever quando toma os seus comprimidos, quantos comprimidos toma, e se teve quaisquer efeitos secundários.

Certifique-se que leva este diário de tratamento para as suas consultas com a sua equipa de oncologia.



EFEITOS SECUNDÁRIOS IMPORTANTES

A sua equipa oncológica poderá discutir alguns efeitos secundários de Tafinlar/Mekinist que podem levar a problemas graves se não forem resolvidos de imediato. Estas secções dão informações sobre possíveis sintomas, o que deve dizer à sua equipa de oncologia, quando deve obter ajuda médica imediatamente, e quaisquer medidas que possa tomar para ajudar a aliviar os sintomas.

FEBRE, COM OU SEM CALAFRIOS

TAFINLAR[®] (dabrafenib)/MEKINIST[®] (trametinib)

Combinação para Melanoma

Informe imediatamente a sua equipa de oncologia

Quais são os sintomas?

Temperatura de ____°C ou superior ou calafrios sem febre

O que deve dizer à sua equipa de oncologia:

- Qual o valor da sua temperatura corporal
- Quando a febre começou e quanto tempo durou
- Que tipo de termómetro usou para medir a sua temperatura
- Se tiver calafrios, problemas de estômago ou de respiração, sentir tonturas quando se levanta rapidamente, sentir-se muito cansado e/ou não tiver ido à casa de banho (urinar) tanto como costuma ir
- Quanto e o que esteve a beber nas últimas 24 horas
- Se esteve recentemente perto de pessoas com constipação, gripe, animais, ou se viajou a nível nacional ou internacional

Sinais de Alerta:

- Uma febre superior a 40°C
- Qualquer febre acompanhada de desmaio ou sensação de desmaio

Ligue imediatamente para a sua equipa de oncologia. Se não estiver ninguém disponível, dirija-se diretamente às urgências.



Gestão dos Seus Efeitos Secundários:

- Se indicado pelo seu oncologista, tome analgésicos de venda livre como o acetaminofeno ou ibuprofeno a cada 6 horas até a febre passar. Não tomar mais de 3000 mg por dia de acetaminofeno ou 2400 mg por dia de ibuprofeno
- Tome um banho frio ou ligeiramente morno
- Coloque compressas frescas ou uma bolsa de gel fria na sua testa e pescoço
- Beba água e outros líquidos tais como sumos ou bebidas desportivas (Gatorade[®], Powerade[®], e Pedialyte[®]) ou coma gelados de gelo para evitar a desidratação

ALTERAÇÕES DA PELE

TAFINLAR® (dabrafenib)/MEKINIST® (trametinib)

Combinação para Melanoma

Informe imediatamente a sua equipa de oncologia

Quais são os sintomas?

- Inchaços avermelhados que sangram ou não cicatrizam
- Mudanças no tamanho ou na cor de sinais
- Vermelhidão da pele que se parece com uma queimadura solar
- Comichão
- Uma erupção cutânea
- Novas verrugas
- Feridas a pele

O que deve dizer a sua equipa de oncologia:

- Quando notou pela primeira vez a mudança de pele ou comichão
- Como é que é a “erupção cutânea” (por exemplo, lisa, irregular, tipo acne, etc.)
- Quais os locais do corpo onde surgiram as erupções cutâneas e que extensão cobrem
- Se a alteração na pele está a dificultar vestir-se, comer ou dormir
- Se tiver tido algum problema de pele no passado e se esses sintomas se agravaram
- Se tem usado um novo sabonete ou esteve recentemente perto de novos agentes químicos ou animais
- Se tiver novas feridas na pele, novas verrugas, inchaços avermelhados que sangram/não cicatrizam, ou um sinal que esteja alterado
- Se iniciou recentemente algum novo medicamento
- O que fez em casa para controlar os sintomas

Sinais de Alerta:

- Uma erupção que cobre uma grande parte do seu corpo ou que se está a agravar rapidamente
- Bolhas (na sua pele ou na sua boca) que estão a pelar. Pele que parece infetada (estrias vermelhas, pus, ou drenagem)
- Qualquer erupção cutânea que seja acompanhada de febre (conforme definido com a sua equipa de oncologia)

Ligue imediatamente para a sua equipa de oncologia. Se não estiver ninguém disponível, dirija-se diretamente às urgências.



Gestão dos Seus Efeitos Secundários:

- Evitar o sabonete. Em vez disso, utilizar produtos de limpeza suaves e sem sabão, tais como Cetaphil®, Eucerin®, e NutriBiotic®
- Evitar banhos quentes; utilizar água tépida (morna) para o banho
- Evitar roupas e sapatos apertados
- Mantenha as unhas curtas para evitar magoar a sua pele quando se coça
- Aplique um hidratante diariamente
- Proteja a sua pele do sol usando protector solar (30 SPF ou superior), um chapéu, e roupa e óculos de sol protectores dos raios UV. Não se esqueça das suas mãos e da sua cara
- A sua equipa de oncologia pode dizer-lhe para tomar um anti-histamínico ou analgésico para reduzir a dor e a comichão

PROBLEMAS OCULARES E DE VISÃO

TAFINLAR® (dabrafenib)/MEKINIST® (trametinib)

Combinação para Melanoma

Informe imediatamente a sua equipa de oncologia

Quais são os sintomas?

- Dor ocular, inchaço, ou vermelhidão
- Visão desfocada
- Perda parcial ou total da visão
- Ver aureolas ou outros problemas de visão

O que deve dizer à sua equipa de oncologia:

- Quando começou a ter problemas de visão, quão graves são, e quanto tempo duraram
- Se teve algum problema de visão no passado, tal como olhos secos ou glaucoma e se esses sintomas se agravaram
- Se teve recentemente uma lesão ocular, começou a tomar um novo medicamento, ou foi exposto a agentes químicos
- Se usa lentes de contacto
- Se tem diabetes
- Se tiver quaisquer outros sintomas, tais como dor de cabeça, vómitos ou náuseas
- Quando fez o seu último exame oftalmológico

Sinais de Alerta:

- Se tiver sintomas súbitos e graves, tais como alterações súbitas da visão, dor ocular, vermelhidão, ou sensibilidade involuntária à luz solar e à claridade
- Incapacidade de realizar atividades regulares da vida diária devido a problemas oftalmológicos
- Perda de visão gradual ou súbita

Ligue imediatamente para a sua equipa de oncologia. Se não estiver ninguém disponível, dirija-se diretamente às urgências.



Gestão dos Seus Efeitos Secundários:

- Siga as instruções da sua equipa de oncologia para obter exames oftalmológicos no oftalmologista
- Usar óculos de sol para proteger os seus olhos dos raios solares nocivos
- Se usa lentes de contacto, tenha o cuidado de seguir diretrizes para manter os seus olhos bem hidratados e para limpar, hidratar e substituir as lentes
- Se tiver diabetes, mantenha o seu nível de glicemia sob bom controlo para reduzir o risco de doença ocular
- Siga um estilo de vida saudável para cuidar dos seus olhos assim como do seu corpo
- Se for medicado com medicação nova durante o tratamento, informe a sua equipa de oncologia

PROBLEMAS CARDÍACOS

TAFINLAR® (dabrafenib)/MEKINIST® (trametinib)

Combinação para Melanoma

Informe imediatamente a sua equipa de oncologia

Quais são os sintomas?

- Sentir que o seu coração está a falhar uma batida, está agitado ou a bater com demasiada força ou demasiado rápido
- Sentir-se “sem fôlego” ou com falta de ar quando descansa ou quando está ativo
- Uma mudança numa tosse ou pieira pré-existente (fazer um som de assobio enquanto respira)
- Inchaço nos braços ou pernas (incluindo tornozelos)
- Mudanças no nível de energia
- Transpiração excessiva
- Tonturas
- Desmaios
- Dor no peito

O que deve dizer à sua equipa de oncologia:

- Quando começou a ter algum destes sintomas, quão graves são, e quanto tempo duraram
- Se tinha algum destes sintomas antes de começar Tafinlar/Mekinist
- Se lhe foi dito no passado que tinha um problema cardíaco
- O que torna os sintomas piores ou melhores
- Se recentemente lhe foi adicionado um novo medicamento de prescrição ou de venda livre
- Se anteriormente fez tratamentos com radiação

Sinais de Alerta:

- Qualquer dor no peito
- Dificuldade em respirar
- Desmaios
- Incapaz de realizar as suas atividades típicas da vida quotidiana devido aos seus sintomas

Ligue imediatamente para a sua equipa de oncologia. Se não estiver ninguém disponível, dirija-se diretamente às urgências.

Gestão dos Seus Efeitos Secundários:

- Siga as instruções da sua equipa de oncologia para a realização de exames ao seu coração
- Certifique-se de que bebe líquidos suficientes para se manter hidratado
- Evite beber álcool ou tomar drogas que afetem o coração ou o cérebro (como marijuana, comprimidos para dormir ou estimulantes), a menos que os seus prestadores de cuidados de saúde lhe digam para o fazer
- Se estiver a tomar quaisquer medicamentos para a sua tensão arterial ou para o seu coração, não se esqueça de os tomar como lhe foi prescrito e não se esqueça de nenhuma toma
- Siga um estilo de vida saudável para cuidar do seu coração, bem como do seu corpo
- Se for medicado com medicação nova durante o tratamento, informe a sua equipa de oncologia



DOR, INCHAÇO, OU RIGIDEZ DAS ARTICULAÇÕES

TAFINLAR® (dabrafenib)/MEKINIST® (trametinib)

Combinação para Melanoma

Informe imediatamente a sua equipa de oncologia

Quais são os sintomas?

- Dor nas articulações
- Dificuldade em caminhar ou realizar as suas atividades diárias
- Rigidez das articulações
- Inchaço das articulações
- Dificuldade em caminhar ou realizar as suas atividades diárias
- Vermelhidão em torno de uma articulação

O que deve dizer à sua equipa de oncologia:

- Quando estes sintomas começaram, o que os causou e quanto tempo duraram
- Que articulações são afetadas
- Se no passado teve algum problema nas articulações

Sinais de Alerta:

- Se tiver dor, inchaço ou rigidez articular súbita ou grave
- Se a articulação parecer deformada
- Se não conseguir colocar peso sobre a articulação (como o tornozelo) ou utilizá-la de todo

Ligue imediatamente para a sua equipa de oncologia. Se não estiver ninguém disponível, dirija-se diretamente às urgências.

Gestão dos Seus Efeitos Secundários:

- Pergunte à sua equipa de oncologia sobre a utilização de anti-inflamatórios/analgésicos como a aspirina, ibuprofeno, ou naproxen para aliviar a dor e a rigidez. Pergunte-lhes como os deve tomar
- Aplicar gelo nas articulações inchadas durante 15 minutos várias vezes por dia
- Mantenha a articulação acima do seu coração sempre que puder para reduzir o inchaço
- Utilize uma fita elástica ou adesiva na articulação para a apoiar
- Evite atividades que causam dor, mas tente manter alguma rotina de exercício, se possível
- Se for medicado durante o tratamento, notifique a sua equipa de oncologia



OUTROS SINTOMAS A TER EM CONTA

De seguida encontram-se outros sintomas que poderá sentir ao tomar Tafinlar® /Mekinist®. Estamos muito preocupados com os sintomas que marcamos com um certo. Por favor contacte a sua equipa de oncologia se desenvolver algum destes sintomas. Telefone imediatamente para a sua equipa de oncologia se desenvolver algum dos sintomas dos sinais de alerta. Se ninguém da equipa estiver disponível imediatamente, dirija-se ao serviço de urgências.

✓	Sintomas	Sinais de Alerta (Sinais de que se passa algo grave que necessita de atenção imediata)
	Alterações do movimento intestinal ou obstipação (movimentos intestinais pouco frequentes)	<ul style="list-style-type: none"> • Se as suas fezes são pretas ou vermelhas e tem dores e febre
	Contusões (marcas pretas e azuis)	—
	Arrepios (tremores) ou sensação de frio quando não se tem febre	—
	Diarreia (fezes soltas ou frequentes)	<ul style="list-style-type: none"> • Dores severas no estômago; fezes que são ensanguentadas ou que parecem alcatrão
	Tonturas (vertigem)	<ul style="list-style-type: none"> • Se desmaiar
	Fadiga (sensação de fraqueza ou cansaço)	<ul style="list-style-type: none"> • Se desmaiar
	Dores de cabeça	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver uma dor de cabeça muito dolorosa (a "pior dor de cabeça da sua vida"), dor de cabeça que não desaparece após algumas horas, ou dor de cabeça com febre, dor de pescoço ou rigidez, e/ou erupção cutânea
	Dores musculares, dores, espasmos, ou fraqueza	<ul style="list-style-type: none"> • Se estes sintomas ocorrerem juntamente com urina escura e avermelhada
	Náuseas (perturbação do estômago)	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver qualquer náusea descontrolada que o esteja a impedir de comer e/ou beber
	Reações ao sol (queimaduras solares graves; pele vermelha, dolorosa, seca e com comichão, quente ao toque; erupção solar; irritação da pele; inchaços; pele espessa, seca e enrugada)	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver vermelhidão em todo o seu corpo, bolhas na pele ou na boca, e/ou pele a descascar

✓	Sintomas	Sinais de Alerta (Sinais de que se passa algo grave que necessita de atenção imediata)
	Falta de ar (dificuldade em respirar)	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver alguma dificuldade em respirar enquanto descansa • Se tiver falta de ar e dores no peito e/ou desmaios
	Inflamação da pele (inchaço) em áreas tratadas com radiação	—
	Dor de estômago	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver dor ou sensibilidade súbita severa no estômago, sangue nas fezes, vomitar sangue, e/ou a sua pele ou olhos estão a ficar amarelos
	Inchaço nos braços ou pernas	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver uma mancha quente e sensível na perna que não arrefece quando lhe coloca gelo, e/ou se na mancha tiver comichão ou formigueiros, e/ou se a dor piorar sem motivo
	Sede, mais do que o habitual	<ul style="list-style-type: none"> • Se tem muita sede, juntamente com uma sensação de cansaço, falta de suor num dia quente, fraqueza, tonturas, náuseas
	Urina, escura ou avermelhada	<ul style="list-style-type: none"> • Se tiver sangue vermelho vivo na sua urina. Se, ao mesmo tempo, também se sentir tonto, tiver dores nas costas ou de lado, um sabor a metal na boca, sentir-se mal do estômago, vomitar, sentir-se muito cansado, tiver falta de ar, e/ou inchaço dos braços, pernas, ou do rosto
	Micção, menos do que o habitual	<ul style="list-style-type: none"> • Se também tiver sangue na urina, inchaço dos tornozelos, e não tiver vontade de comer
	Micção, mais do que o habitual	—
	Hemorragia vaginal	<ul style="list-style-type: none"> • Se estiver a sangrar durante muitas horas ou a sangrar muito (mais do que um penso por hora) e tiver dores de estômago fortes
	Vomitar (vómitos)	<ul style="list-style-type: none"> • Se passar mais de 24 horas sem ser capaz de reter alimentos ou líquidos, e/ou vomitar sangue ou se tiver dores de estômago fortes
	Vomitar (vómitos) sangue	<ul style="list-style-type: none"> • Se vomitar sangue
	Fraqueza	<ul style="list-style-type: none"> • Se a fraqueza se localiza no rosto ou num dos lados do corpo juntamente com entorpecimento, fala desarticulada, confusão, rosto descaído • Se a fraqueza está por todo o corpo e se sente muito cansado e até desmaiar, tem febre, ou o seu coração está acelerado

RECURSOS

Recursos de Informação Adicionais

AIM at Melanoma Foundation (Enfermeira de Serviço, simpósios de doentes, recursos de medicamentos, etc.)

www.AIMatMelanoma.org

American Cancer Society: Terapêutica dirigida para o cancro da pele melanoma

www.cancer.org/cancer/melanoma-skin-cancer/treating/targeted-therapy.html

Associação Melanoma Portugal

<https://melanomaportugal.pt/>

TAFINLAR® + MEKINIST® Calendário de Doses

DATA DE INÍCIO: _____

	_____ dia								
SEMANA 1	Data: _____								
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	MEKINIST <input type="checkbox"/>								
SEMANA 2	Data: _____								
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	MEKINIST <input type="checkbox"/>								
SEMANA 3	Data: _____								
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	MEKINIST <input type="checkbox"/>								
SEMANA 4	Data: _____								
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>	 TAFINLAR <input type="checkbox"/>
	MEKINIST <input type="checkbox"/>								

E se eu me esquecer uma toma de Tafinlar ou Mekinist? Faça a toma esquecida assim que se lembrar, a menos que:

- Esqueceu-se de tomar **Tafinlar** e faltam menos de 6 horas para a sua próxima toma. Se assim for, **NÃO TOME** a toma esquecida e aguarde até à sua próxima toma à hora normal. **NÃO** faça uma toma dupla para compensar uma toma esquecida.
- Esqueceu-se de tomar o **Mekinist** e faltam menos de 12 horas para a sua próxima toma. Se assim for, **NÃO TOME** a toma esquecida e aguarde até à sua próxima toma à hora normal. **NÃO** faça uma toma dupla para compensar uma toma esquecida.

Para mais informações, ver Novartis. (2018) Tafinlar® (dabrafenib) [Inserir pacote]. Obtido a partir de https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/tafinlar-epar-productinformation_en.pdf

Para mais informações, ver Novartis. (2018) Mekinist® (trametinib) [Inserção de pacote]. Obtido a partir de https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/mekinist-epar-productinformation_en.pdf