



Würzburg

Schweinfurter Str. 7
97080 Würzburg
Tel.: 0931 322 67-0
Fax: 0931 322 67-22

Kitzingen

Keltenstr. 67
97318 Kitzingen
Tel.: 09321 92 999-55
Fax: 09321 92 999-56

info@onkopraxis-wuerzburg.de
www.onkopraxis-wuerzburg.de

Patienteninformationsblatt zum Thema Hand-Fuß-Syndrom und Nagelveränderungen

Manche Chemotherapeutika bringen Hautveränderungen hauptsächlich an Füßen und Händen, sowie an den Nägeln mit sich. Erhalten Sie in solches Zytostatikum werden Sie von Ihrem Arzt darüber informiert.

Die Hautveränderungen äußern sich in verschiedenen Schweregraden:

Grad 1 Schmerzloses Taubheitsgefühl mit Rötungen und Schwellung der Haut

Grad 2 Es bilden sich zusätzlich schmerzhafte Blasen

Grad 3 Sehr schmerzhafte Hautblutungen und Hautgeschwüre

Treten bei Ihnen eines der oben genannten Symptome auf,
informieren Sie uns bitte rechtzeitig.

Schlimmere Beschwerden können verhindert werden, wenn Sie im Vorfeld einige wichtige Empfehlungen berücksichtigen:

- Achten Sie auf eine gute Hautpflege mit fettenden Salben
- Vermeiden Sie warme Temperaturen und direkte Sonneneinstrahlung
- Gekühlte Getränke sind besser als Warme
- Halten Sie Ihre Hände und Füße so oft als möglich unbedeckt
- Wenn Sie mit den Händen arbeiten, ziehen Sie am besten Baumwollhandschuhe an
- Duschen Sie kurz und nicht zu heiß
- Zum Abtrocknen benutzen Sie bitte weiche Tücher.
Nicht reiben, besser ist trocken tupfen!
- Vermeiden Sie scharfe Reinigungsmittel und Körperpflegemittel
auf Alkoholbasis sowie mit ätherischen Ölen
- Gönnen Sie Ihren Händen und Füßen Ruhe

Weitere bewährte Tipps:

Hand- und Fußbad mit **geschrotetem Leinsamen**. Dazu nehmen Sie 100 g Leinsamen und kochen ihn mit 1 Liter Wasser 5 Min. auf. Sobald die Temperatur angenehm ist, bitte nicht zu warm, baden Sie Ihre Füße und Hände für 5-10 Min. darin. Diese Anwendung können Sie 2x täglich durchführen.



Patienteninformationsblatt zum Thema Hand-Fuß-Syndrom und Nagelveränderungen

Belegt ist auch die therapeutische Wirkung einer **uridinhaltigen Salbe**. Sie können sich die Salbe in Ihrer Apotheke herstellen lassen. Leider wird die Salbe bisher nicht von der Krankenkasse erstattet und ist relativ teuer (100 g kosten ca 70€). Wenn Sie Interesse daran haben, können Sie die Rezeptur bei uns erhalten.

Nagelveränderungen treten oft erst nach einigen Wochen verzögert auf. Die Nägel an Händen und Füßen zeigen dann dunkle Verfärbungen oder Verdickungen. Der Kontakt mit Keimen kann zudem zu schmerzhaften Entzündungen am Nagelwall führen.

Mit einigen Tipps können Sie die Nagelveränderungen jedoch zumindest deutlich lindern:

- Tragen Sie bequeme Schuhe, um Druck auf das Nagelbett zu vermeiden
- Tragen Sie für Tätigkeiten mit den Händen baumwollgefütterte Handschuhe
- Pflegen Sie Ihre Nägel schonend, d. h. feilen ist besser als schneiden. Schieben Sie die Nagelhaut nicht zurück. Von Nagellack ist abzuraten.
- Fuß- und Nagelpilz sollte vor der ersten Chemotherapie behandelt werden
- Waschen Sie Ihre Füße und Hände gründlich mit ph-neutraler Seife, um die Keimzahl niedrig zu halten

Wir hoffen wir können Ihnen mit unseren Vorschlägen helfen.

Bei bestehenden Problemen nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.