

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN – bei Hand-Fuß-Syndrom

Bei bestimmten Chemotherapien kann die Haut empfindlich reagieren:

- Schmerzhaftes Hautrötung oder -schwellung
- Gefühlsstörungen wie kribbeln, Ameisenlaufen, brennen
- Taubheitsgefühle im Zehenbereich oder an den Fingern

Regionen, an denen diese Hautreaktionen häufig auftreten:

- Hände
- Füße
- Hautfalten
- Druckstellen

ALLGEMEINE EMPFEHLUNGEN ZUR VORBEUGUNG

- Versuchen Sie Druck, Reibungen, Hitze und Schwitzen zu vermeiden, dies kann das Auftreten der Hautreaktionen fördern.
- Vermeiden Sie deswegen Heben und Tragen schwerer Lasten, auch längere Spaziergänge.
- Es bilden sich schnell Blasen und offene Wunden, da die Haut sehr empfindlich geworden ist. Häufig spürt man nicht, wenn der Schuh drückt. Tragen Sie weite, bequeme Schuhe.
- Sie sollten Ihre Hände und Füße mehrmals täglich mit Cremes pflegen, die 5 bis 10% Harnstoff (Urea) enthalten – dies kann das Auftreten eines Hand-Fuß-Syndroms vermindern.
- Vermeiden Sie heißes Wasch-, Putz- oder Spülwasser.
- Benutzen Sie keine scharfen Reinigungs- oder Desinfektionsmittel.
- Tragen Sie beim Geschirrspülen Baumwollhandschuhe und darüber wasserfeste Gummihandschuhe.
- Benutzen Sie keine Körperpflegemittel, die Alkohol oder ätherische Öle enthalten.
- Verwenden Sie keine rauen Handtücher oder Waschlappen. Tupfen Sie die Haut nach Möglichkeit nur ab, nicht reiben.
- Kleben Sie kein Pflaster/Klebeband auf Ihre Haut.
- Meiden Sie übermäßige körperliche Aktivität.
- Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.

UNTERSTÜTZENDE MAßNAHMEN

- Achten Sie auf eine gute Hautpflege und regelmäßige Untersuchung auf Verletzungen und Druckstellen.
- Hand- und Fußbäder mit Ringelblumen-, Kamillenblüten und Salbeiblättern können eine symptomlindernde Wirkung haben.
➔ Nur bei intakter Haut anzuwenden!
- Ein Leinsamenbad (siehe Anleitung) kann ebenfalls lindernd wirken.

Bei Fragen und Problemen können Sie mit der Pflegeberatungsambulanz Kontakt aufnehmen.

Helios Klinikum Hildesheim
ONKOLOGISCHE PFLEGEBERATUNG IM ONKOLOGISCHEN ZENTRUM

JULIANE KIRCHMANN

Fachkraft für onkologische Pflege
Station B 1.1 – Ebene 1 – Raum 1.237
Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim
Telefon: 05121 – 894 5166
juliane.kirchmann@helios-gesundheit.de