

Förebyggande och behandling av hand- och fot-syndrom

Cancerläkemedlen orsakar flera olika hudproblem, som kan försvaga livskvaliteten och till och med utsättas för infektioner. Ett hudbesvär som orsakar svåra symtom är hand- och fotsyndrom, vars symtom är stickningar i handflatorna/fotsulorna, domningar, smärta, svullnad eller rodnad. Huden kan fjälla och ibland kan förhårdnader och sår uppkomma. Genom att sköta huden kan man förebygga symtom, därför är hudvården viktig under hela vårdperioden.

- Smörj in huden på händer och fötter två gånger per dag med en fet bassalva. Effekterna av insmörjningen kan förstärkas genom att använda bomullshandskar och bomullsstrumpor på natten.
- Du kan också pröva på att hålla dina händer och fötter fria (utan handskar/strumpor)
- Undvik åtstramande och spända kläder, och skor. Mjuka gelsulor kan minska på känslan av ömhet då du går.
- Undvik att huden kommer i kontakt med hett vatten (t.ex. i bastun, om du badar i badkar, diskar) däremot kan du tvätta dig normalt.
- Om hudsymtom förekommer, är det viktigt att hålla huden ren och smörja in den regelbundet. Svala saltbad lugnar ner huden.
- Du kan bli ordinerad starkt kortikosteroid salva (kortison) för behandling av huden. Använd preparatet enligt anvisningarna du fått, vanligen 1–2 gånger per dag.
- Ta kontakt med den vårdande enheten om symtomen inte lindras med hemvård.

Badanvisning för händer/fötter

5 liter kallt vatten

1 deciliter havssalt

Lös upp havssaltet i en liten mängd hett vatten och håll det i det kalla vattnet. Bada händerna/fötterna i 15–30 minuter. Torka huden ordentligt efteråt. Smörj in huden med fet bassalva efter att du har badat händerna och fötterna. Du kan bada händerna/fötterna några gånger per vecka och om symtom förekommer kan du bada dem dagligen.

Patientanvisning | Cancercentrum | Godkänd: 20.5.2024