

Skötsel av händer och naglar

Det är viktigt att sköta huden under läkemedelsbehandlingarna mot cancer. Som en biverkning av behandlingen kan händernas och fötternas hud bli torra samt naglarna förhårdna och börja flaga. Genom att sköta huden kan man förebygga och lindra symtomen. Att huden är i gott skick kan vara en förutsättning för att fortsätta behandlingen.

Handvård

- Tvätta dina händer. På apoteket kan man köpa olika slags rengöringssalvor och -lotioner som inte torkar ut huden lika mycket som tvål.
- Det är viktigt att smörja in händerna med bassalva både på morgonen och kvällen. Med insmörjningen förhindras att skador som orsakas av uttorkning uppstår på huden och att infektioner uppkommer. Personalen på Apoteket ger mera information om produkterna.
- Effekten av insmörjningen kan förstärkas genom att använda bomullshandskar och bomullsstrumpor på natten.
- Naglarna bör hållas korta. Innan man klipper och filar naglarna kan man hålla dem i varmt vatten för att mjuka upp dem.
- Användning av nagellack kan förhindra att naglarna börjar flaga.
- När man utför hushållssysslor bör händerna skyddas antingen med engångs- eller hushållshandskar.

Badanvisning för händer/fötter

5 liter kallt vatten

1 deciliter havssalt

Lös upp havssaltet i en liten mängd hett vatten och häll 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 symptom förekommer kan du bada dem dagligen.

Patientanvisning | Cancercentrum | Godkänd: 20.5.2024