

Anleitungen

Basenbad

Lösen Sie 1 Teelöffel Basensalz in 2 Liter warmen Wasser auf.
Tauchen Sie Ihre Hände / Füße 1-2x täglich 20 bis 30 Minuten in das Bad.

Kühle Quarkauflage

Anwendung: 2- 3x täglich.
Nehmen Sie den Quark mindestens 30 Minuten vor der Anwendung aus dem Kühlschrank.
Geben Sie den Quark auf ein Stück Küchenrolle, etwa 0,5 bis 1 cm dick und im Ausmaß der betroffenen Hautfläche. Legen Sie es hiernach für 20 Minuten auf die Haut.
Waschen Sie Hände / Füße nach der Anwendung mit klarem, kühlem Wasser ab.
Nicht mit Ölen einreiben (Hauterwärmung!)

Sheabutter mit

Sanddornfruchtflleichöl

Verrühren Sie 50 g unraffinierte Sheabutter bis sie weich ist mit 10 Tropfen Sanddornfruchtflleichöl.
Cremen Sie Ihre Haut 2x täglich damit ein (färbt leicht!).

© Treibbild von Pexels auf Pixabay

Liebe Patientin, lieber Patient,

wir haben für Sie diese Empfehlungen zusammengestellt.
Sie dienen Ihnen zur Information und als Hilfe zur Selbsthilfe.

Wenden Sie an, was Ihnen gut tut.

Bei Fragen und Unklarheiten sprechen Sie uns an.
Diese Broschüre ersetzt nicht die persönliche Beratung und Anleitung durch uns.
Teilen Sie Ihre Symptome und Beschwerden bitte Ihrem Arzt in der Tagesklinik mit.
Alles Gute wünscht Ihnen das Pflegeteam der Tageskliniken am NCT.

Literatur u.a.: Leitlinienprogramm Onkologie:
<http://leitlinienprogramm-onkologie.de/Supportiv-Therapie.95.0.html>

**Nationales Centrum für
TumorerkrankungenHeidelberg (NCT)**

Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg

Pflegerische Beratung und Information bei Hand-Fuß-Syndrom unter Chemotherapie



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Thoraxklinik-Heidelberg
Deutsche Krebshilfe

Symptome

Das Hand-Fuß-Syndrom betrifft Hände und Füße.

Charakteristische Merkmale können sein:

- Gerötete, heiße Handinnenflächen und Fußsohlen
- Trockene, schuppige Haut
- Schmerzempfindlichkeit
- Schwellung
- In seltenen Fällen Blasenbildung
- Missempfindungen und / oder Taubheitsgefühl an Händen und Füßen (CIPN)

Bei Auftreten von Symptomen nehmen Sie bitte Kontakt zu Ihrem behandelten Arzt und dem Pflegepersonal auf.

Vorbeugen / Pflegen

Vor Therapiebeginn medizinische Hand-Fuß-Pflege durchführen lassen

- Ureahaltige Cremes (5-10%) mindestens 2x täglich anwenden
- Lauwarme Hand- / Fußbäder mit Basensalz (siehe Anleitung)
- Verwenden Sie kein heißes Wasser
- Vermeiden Sie starkes Schwitzen
- Ziehen Sie Handschuhe im Kontakt mit Reinigungsmittel bei Arbeit im Haushalt und Garten an.

Minimieren Sie mechanische Reize:

- Händeklatschen, Kratzen, Drücken, Reibung
- Nutzen Sie Hilfsmittel bei Drehverschlüssen (Handtuch)
- Achten Sie auf passendes Schuhwerk (weder zu eng noch zu weit)
- Tragen Sie keine enganliegende Kleidung und Ringe
- lange Gehstrecken meiden

Empfehlung

Vorrübergehende Kühlung zur Linderung des Hitzeempfindens:

- Kühle Quarkauflagen (siehe Anleitung)
- Aloe Vera Gel nach Bedarf sanft auftragen und einreiben

Bei schuppiger, geröteter Haut:

- Sheabutter mit Sanddornfruchtfließöl (siehe Anleitung)



M. Reuter