



Nebenwirkungsmerkblatt

© AMBORA

Hand-Fuß-Syndrom

Bei der Einnahme Ihres oralen Tumormedikaments kann das Hand-Fuß-Syndrom als Nebenwirkung auftreten.

Im Folgenden haben wir einige Informationen und Tipps zusammengestellt, um dem Hand-Fuß-Syndrom vorzubeugen bzw. die Ihnen helfen sollen, wenn die Nebenwirkung auftritt.

Bitte informieren Sie uns, wenn Sie mit den Vorgaben nicht zurechtkommen oder wenn Sie Fragen haben.



Wie kommt es zu der Nebenwirkung und wie erkenne ich sie?

Eine spezielle Nebenwirkung, die an der Haut auftreten kann, ist das sog. Hand-Fuß-Syndrom (auch „palmar-plantare Erythrodyssästhesie“). Es kann zu **Rötungen, Schwellungen und Schmerzen an den Handinnenflächen und Fußsohlen** kommen.

Das Hand-Fuß-Syndrom kann durch **klassische Chemotherapien** wie Capecitabin (z.B. Xeloda®) ausgelöst werden. Ursache ist vermutlich, dass Bestandteile der Chemotherapie mit dem Schweiß ausgeschieden werden. Durch die Hornhaut an Händen und Füßen haben die schädlichen Bestandteile dort besonders lange Kontakt mit der Haut und können zu Hautveränderungen führen.

Das Hand-Fuß-Syndrom kann auch bei **neueren, zielgerichteten Therapien** wie Cabozantinib (Cabometyx®, Cometriq®), Dabrafenib (Tafinlar®), Dasatinib (z.B. Sprycel®), Everolimus (z.B. Afinitor®), Pazopanib (Votrient®), Regorafenib (Stivarga®), Sorafenib (z.B. Nexavar®), Sunitinib (z.B. Sutent®), Trametinib (Mekinist®) und Vemurafenib (Zelboraf®) auftreten. Ursache ist hier vermutlich eine Schädigung der Gefäße, die insbesondere druckbelastete Stellen der Handinnenfläche und Fußsohlen betrifft.

Was kann ich selbst tun, um der Nebenwirkung vorzubeugen?

Besonders wichtig zur Vorbeugung des Hand-Fuß-Syndroms sind eine gute **Hautpflege** sowie das Vermeiden von **Druckstellen** und starker **Belastung** an Händen und Füßen.

Folgende Dinge können helfen, um dem Hand-Fuß-Syndrom vorzubeugen:

- **Hornhaut** vor Therapiebeginn vorsichtig entfernen (lassen).
- Mind. 2 x täglich Hautpflege der Hände und Füße mit **5-10%iger Harnstoff (Urea)-Creme** durchführen. Ggf. über Nacht Baumwollhandschuhe und -socken tragen, damit die Creme besser einwirken kann.
- Milde, seifenfreie Produkte zur **Hautreinigung** verwenden (z.B. Balneum® Intensiv Waschlotion, Physiogel® Duschcreme, Sebamed® Waschemulsion).
- Starkes Schwitzen möglichst vermeiden und Schweiß mehrmals täglich mit lauwarmem Wasser abwaschen. Dies gilt insbesondere bei klassischen Chemotherapien.
- **Mit lauwarmem, nicht zu heißem Wasser waschen** und längeren Kontakt mit Wasser vermeiden.
- Kontakt der Hände und Füße mit **Hitzequellen** (heißes Wasser, Wasserdampf, Wärmflaschen etc.) möglichst vermeiden.
- Starke **mechanische Belastung** der Hände und Füße vermeiden (z.B. langes Gehen, Heben oder Tragen schwerer Lasten, Öffnen von Drehverschlüssen mit den Händen). Möglichst **bequeme, weite Schuhe** tragen und evtl. Geleinslagen verwenden um Druckstellen zu vermeiden. Beine häufig hochlagern, um die Füße zu entlasten.

Was sollte ich lieber vermeiden, wenn die Nebenwirkung auftritt?

Folgende Dinge sollten Sie vermeiden, um die Hautveränderungen nicht weiter zu verschlimmern:



- **Mechanische Belastung** der Hände und Füße so weit wie möglich vermeiden
- **Hitzequellen** vermeiden
- Zum Schutz der Hände möglichst **keine Gummihandschuhe** tragen (besser: Baumwollhandschuhe)
- Längeren Kontakt mit Wasser, v.a. mit heißem Wasser (z.B. Geschirrspülen) vermeiden, ansonsten Baumwollhandschuhe unter wasserdichten Handschuhen tragen

Was kann ich tun, wenn die Nebenwirkung auftritt?

Wenn Sie Rötungen und Schwellungen an den Händen oder Füßen beobachten, sollten Sie folgende Dinge beachten:



- Hautpflege intensivieren (3-4 x täglich)
- Hände und Füße besonders schonen

Welche Medikamente können eingesetzt werden?



Im Vordergrund stehen zunächst die **tägliche Hautpflege** und das **Vermeiden von Hitzequellen und starken Belastungen** der Hände und Füße. Sollten die Veränderungen an der Haut schlimmer werden, kann Ihnen Ihr Arzt / Ihre Ärztin Medikamente verordnen, die dafür sorgen, dass die Nebenwirkung schneller abklingt (z.B. Kortison-haltige Cremes). Außerdem können bei Bedarf Schmerzmittel oder spezielle Wundverbände verordnet werden.

Es ist wichtig, dass Sie sich frühzeitig bei Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin melden, wenn Veränderungen an den Händen oder Füßen auftreten bzw. wenn sich diese verschlimmern.

Wann muss ich meinen Arzt / meine Ärztin kontaktieren?



- Wenn Sie Rötungen und beginnende Blasenbildung an Hände und / oder Füßen bemerken
- Wenn Sie durch die Nebenwirkung im Alltag eingeschränkt sind (z.B. durch Schmerzen)

Wen kann ich bei Fragen anrufen?

Bei Fragen, Nebenwirkungen oder sonstigen Schwierigkeiten

Kontakt Behandlungsteam:

Bei akuten Problemen

Kontakt außerhalb der Sprechzeiten:

Bei lebensbedrohlichen **Notfällen: 112**

Notizen

Dieses Merkblatt wurde für Sie erstellt von:

**AMBORA AMTS-Kompetenz- und Beratungszentrum
orale Tumorthherapie**

Trotz sorgfältiger Prüfung wird keine Gewährleistung für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der Angaben und keinerlei Haftung für eventuelle Fehler noch für Schäden übernommen.

© Sämtliche Rechte (z. B. Urheber- und Leistungsschutzrechte) dieses Merkblattes liegen bei der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) und beim Universitätsklinikum Erlangen (UKER).

Nebenwirkungsmerkblatt Hand-Fuß-Syndrom, Version: 2022-01, Stand: 18.03.2022

Bildquellen: <http://freedigitalphotos.net> (paisan191)

Textquellen: Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): S3-Leitlinie Supportive Therapie bei onkologischen PatientInnen - Langversion 1.3, 2020

gefördert durch



Deutsche Krebshilfe
HELFFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.