

Anleitungen

Basenbad

Einen Teelöffel Basensalz in 2 bis 3 Liter warmen Wasser lösen.

20 bis 30 Minuten als Hand- / Fußbad anwenden.

Zucker-Öl-Peeling

Einen Teelöffel Zucker mit einem Esslöffel Olivenöl mischen. Hände und/ oder Füße für 5 bis 10 Minuten einreiben. Insbesondere bei Fußeinreibung auf die Rutschgefahr achten.

- Bis 2x/Woche



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 gerne an.

Diese Broschüre ersetzt nicht die persönliche Beratung und Anleitung durch uns. Teilen Sie bitte Ihre Symptome und Beschwerden Ihrem Arzt in der Tagesklinik mit.

Alles Gute wünscht Ihnen das Pflegepersonal der Tageskliniken am NCT.

**Nationales Centrum für Tumorerkrankungen
Heidelberg (NCT)**

Im Neuenheimer Feld 460
69120 Heidelberg

Pflegerische Beratung und Information bei Chemotherapie-induzierter peripherer Polyneuropathie CIPN



NATIONALES CENTRUM
FÜR TUMORERKRANKUNGEN
HEIDELBERG
getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Heidelberg
Theodor-Kutzer-Ufer
Deutsche Krebshilfe

dkfz.
DEUTSCHES
KREBSFORSCHUNGSZENTRUM
IN DER HELMHOLTZ-GEMEINSCHAFT



Symptome

Die Chemotherapie-induzierte periphere Polyneuropathie betrifft Hände und Füße

Charakteristische Merkmale sind:

- Veränderung der Empfindung durch: Taubheitsgefühl, erhöhte Berührungswahrnehmung, Kribbeln
- Unruhige Beine
- Gestörtes Kälte- / Wärmegefühl
- Schmerzen
- Gangunsicherheit
- Schwierigkeiten bei Fingerfertigkeiten, zum Beispiel beim Knöpfen, Binden von Schnürsenkeln

Vorbeugen / Pflegen

Nach Gabe von Oxaliplatin achten Sie in den ersten drei Tagen besonders auf

- Schutz vor direktem Kältekontakt zum Beispiel an Armaturen, Besteck, Kühlschränken, Gefriertruhe, kalten Getränken und Speisen
- Im Winter direkt nach der Therapie: Schutz der Atemwege vor der kalten Außenluft

Zusätzlich und bei anderen Platin- und Taxanhaltigen Substanzen

- Achten Sie auf eine gute Hand- / Fußpflege
- Bei kalten Füßen Wollsocken tragen
- Schützen Sie sich vor Verletzungen, insbesondere beim Taubheitsgefühl an Händen und Fußsohlen
- **Barfußgehen nur auf sicherem Gelände**
- Tragen Sie festes Schuhwerk bei Gangunsicherheit

Empfehlung

- Warme Hand- / Fußbäder mit Basensalz
- Zucker-Öl-Peeling
- Zum Beispiel Aconit Schmerz-Öl® Einreibung
- Lavendelöl-Einreibung bei unruhigen Beinen
- Bei Einreibungen vorher Verträglichkeitsprobe am Unterarm durchführen
- Anwendung von Igelball, Faszienrolle
- Training der Feinmotorik, Balanceübungen



- Polyneuropathie Gruppe im Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen
E-Mail: krebssport@nct-heidelberg.de