Hand-voetsyndroom en hand-voet-huidreactie

Klachten aan handpalmen en voetzolen door medicijnen tegen kanker: wat je ziet, wat je zelf kunt doen en wanneer je contact opneemt

Het doel van deze folder

Deze folder helpt je meer te begrijpen van het hand-voetsyndroom (HVS) en de hand-voet-huidreactie (HVHR). Je leest wat het is, waardoor het ontstaat, hoe het wordt vastgesteld en behandeld, en wat je zelf kunt doen.

Wat zijn het hand-voetsyndroom en de hand-voet-huidreactie?

Het hand-voetsyndroom is een vrij veelvoorkomende huidreactie op medicijnen tegen kanker. Het is voor het eerst beschreven bij chemotherapie. Later is bij een bepaalde groep doelgerichte therapieën de hand-voet-huidreactie beschreven.

Bij beide gaat het om een pijnlijke ontsteking van de huid van de handpalmen, de voetzolen of beide. De reacties zijn niet levensbedreigend, maar kunnen erg pijnlijk zijn, je dagelijkse bezigheden hinderen en je kwaliteit van leven verminderen.

Bij wie komt het voor?

Het ene medicijn geeft een grotere kans dan het andere. De kans is ook groter als je vóór de behandeling al een huidaandoening aan handen of voeten had. Een hogere leeftijd, vrouw zijn, diabetes en polyneuropathie vergroten de kans.

Chemotherapie die het vaakst een hand-voetsyndroom geeft	gepegyleerd liposomaal doxorubicine, docetaxel, cytarabine, 5-fluorouracil (5-FU), capecitabine, tegafur
Doelgerichte therapie die het vaakst een hand-voet-huidreactie geeft	sunitinib, sorafenib, axitinib, cabozantinib, regorafenib, lenvatinib, vemurafenib, encorafenib, dabrafenib, FGFR-remmers

Wat zijn de verschijnselen?

Het hand-voetsyndroom ontstaat dagen, weken of maanden na de start van de chemotherapie. De hand-voet-huidreactie ontstaat in de eerste twee tot vier weken na de start van een doelgerichte therapie.

Beide geven aan de handpalmen en voetzolen:

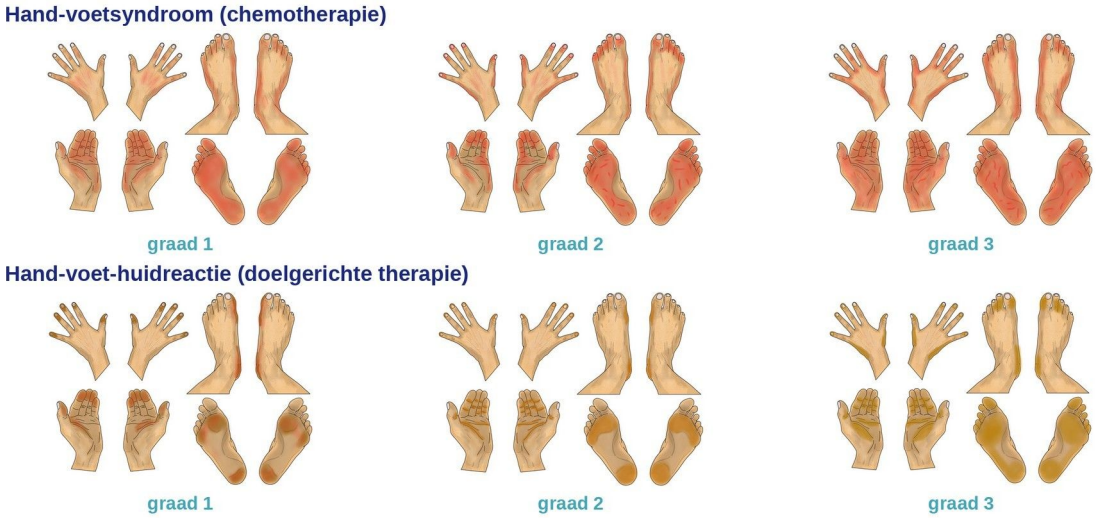
- een doof gevoel
- tintelingen
- brandende pijn
- gevoeligheid bij aanraking

De klachten lopen uiteen van bijna pijnloos tot zeer pijnlijk. In de ergste vorm is lopen moeilijk door pijn, zwelling, kloven en wonden. Ook het gebruik van handen en vingers kan lastig worden, waardoor je jezelf minder goed kunt verzorgen.

Op de handpalmen en voetzolen zie je een scherp begrensde roodheid, met of zonder zwelling, kloven, wondjes en schilfering. De huid kan vervellen, droog zijn of schilferen. In een later stadium kunnen blaren en open wonden ontstaan, en kunnen huid en nagels geïnfecteerd raken.

Bij doelgerichte therapie ontstaan daarnaast plaatselijk dikke eeltplekken en pijnlijke blaren op de plaatsen waar druk en wrijving optreden.

De drie graden van ernst



1 **Graad 1, lichte afwijkingen zonder pijn:** de huid is wat rood, soms met eelt of lichte zwelling, zonder pijn. Je kunt een lichte overgevoeligheid, jeuk of een licht branderig gevoel hebben. Er is geen invloed op je dagelijks leven.

2 **Graad 2, afwijkingen met pijn:** roodheid en zwelling met pijn, soms met vervelling, blaren, kloven, bloedinkjes of eelt. Koken, boodschappen doen en andere dagelijkse bezigheden gaan moeilijker.

3 **Graad 3, ernstige afwijkingen met pijn:** ernstige vervelling, blaren, kloven, bloedingen, zwelling of eelt. Je hebt hulp nodig bij jezelf verzorgen, zoals wassen, aankleden, eten of naar het toilet gaan.

De ernst bepaalt of de behandeling tijdelijk wordt gestopt, de dosis wordt verlaagd of een andere behandeling wordt gekozen.

Hoe voorkom of verminder je de klachten?

Het hand-voetsyndroom is niet altijd te voorkomen, maar je kunt de schade aan de huid van handen en voeten en aan de nagels beperken. Bekijk je handen en voeten elke dag en onderneem actie om te voorkomen dat afwijkingen erger worden.

1 **Houd je huid schoon** om infecties te voorkomen.

2 **Houd je huid soepel:** smeer regelmatig een hydraterende crème, zeker na elke wasbeurt en ook tussendoor. Vraag je oncologieverpleegkundige om advies over de crème.

3 **Bescherm de huid van handen en voeten tegen beschadiging.** Zie de adviezen hieronder.

4 **Vertel je pedicure, manicure of schoonheidsspecialist** dat je wordt behandeld tegen kanker.

5 **Gebruik geen biotine en andere supplementen voor huid, haar en nagels:** het nut is niet aangetoond, biotine kan bloedtesten verstoren en supplementen kunnen de werking van de behandeling beïnvloeden. Overleg altijd met je arts voordat je supplementen of medicijnen zonder recept gebruikt.

6 **Laat je niet leiden door het woord natuurlijk op cosmetica:** zulke producten zijn niet veiliger of werkzamer dan gewone producten.

Adviezen om je handen en voeten te beschermen

- Vermijd druk op handen en voeten: draag schoenen die niet te strak zitten en geen hoge hakken. Bescherm je handen met werkhandschoenen.
- Vermijd activiteiten die veel kracht van de handen vragen, zoals schoonmaken, klussen of hobby's die huid en nagels kunnen beschadigen.
- Bescherm je huid tegen veelvuldig contact met vocht: draag vinyl handschoenen bij schoonmaken, afwassen en tuinieren, een maat

groter, met witte katoenen handschoenen eronder.

- Draag sokken van 100% katoen. Ze nemen vocht op en helpen schimmelinfecties en verweking van de huid te voorkomen.
- Vermijd hete hand- en voetbaden.
- Stel handen en voeten niet bloot aan extreme kou: draag handschoenen en pantoffels.
- Verzorg wondjes aan de huid en rond de nagels en vraag je oncologieverpleegkundige om advies.
- Heb je het hand-voetsyndroom? Snijd dan niet zelf in eelt of loszittende vellen. Overleg met je behandelteam of je medisch pedicure oncologie.

De 3C-aanpak bij de hand-voet-huidreactie

- Controle: houd eelt onder controle en voorkom het waar mogelijk. Laat overtollig eelt op handpalmen en voetzolen verwijderen vóór de start, en tijdens de behandeling zolang er geen blaren, kloven of wondjes zijn. Laat dit doen door een medisch pedicure oncologie of podotherapeut.
- Comfort: vermijd druk op handen en voeten. Bescherm de drukplekken van de voeten met zachte, schokdempende zolen. Bescherm je handen met handschoenen, zo nodig met schokdempend materiaal.
- Crèmes: houd de huid soepel door regelmatig een hydraterende crème te smeren.

Wat doe je bij klachten?

Het voorkomen, vroeg herkennen en behandelen van de klachten is belangrijk om de behandeling tegen kanker volledig te kunnen afmaken, zonder dosisverlaging of onderbreking.

- Graad 1, lichte klachten: volg de preventieve adviezen. Helpen die niet genoeg, meld het dan aan je behandelteam. Wacht niet tot de klachten ernstig zijn.
- Graad 2, matige klachten: volg de preventieve adviezen, neem contact op met je behandelteam en neem zo nodig een pijnstiller, zoals paracetamol.
- Graad 3, ernstige klachten: volg de preventieve adviezen, neem contact op met je behandelteam en neem een pijnstiller, zoals paracetamol.

Neem contact op met je arts of verpleegkundige bij:

- pijn die het lopen of het gebruik van je handen belemmert
- blaren, kloven of open wonden
- tekenen van infectie: roodheid die toeneemt, warmte, pus
- klachten die ondanks de adviezen erger worden

Je arts kan middelen voorschrijven voor op de huid: een corticosteroïdcrème, hydraterende middelen, middelen die eelt verminderen, middelen tegen bacteriën en vloeibare pleister om open huid te sluiten. Bij ernstige klachten kan de arts medicijnen voorschrijven die je inneemt tegen pijn of zwelling. Soms is een dosisverlaging nodig.

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Vertaald en bewerkt door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de patiëntenfolder van de EADV Task Force Dermatology for Cancer Patients (2022), waarvan zij lid is. Oorspronkelijke Engelse folder: eadv.org. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.