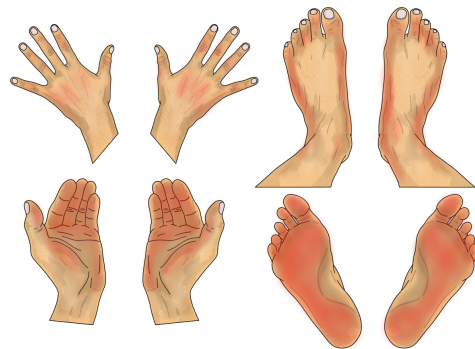


Hand-voetsyndroom: herkennen en beperken

Bij chemotherapie, zoals capecitabine, 5-FU, docetaxel en liposomaal doxorubicine

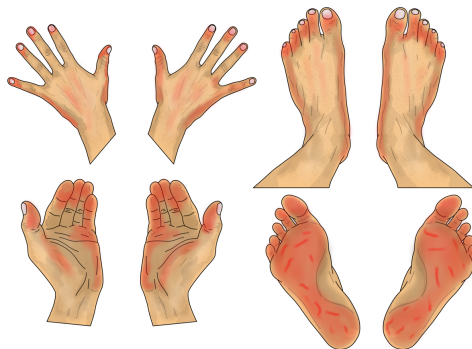
i Hoe ernstig is het?



Graad 1

lichte roodheid, zwelling of eelt
geen pijn

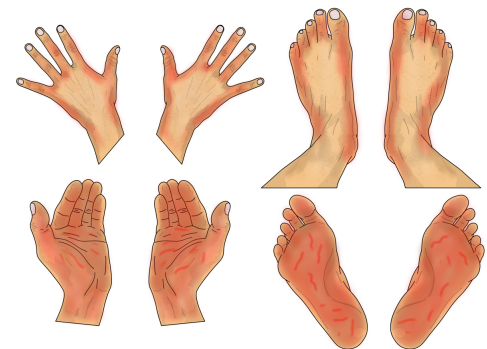
Smeer vaak en meld het



Graad 2

vervellen, blaren of kloven, met pijn
koken en boodschappen doen is lastig

Bel je behandelteam



Graad 3

ernstige blaren of kloven, met pijn
hulp nodig bij wassen en aankleden

Bel vandaag nog

✓ Elke dag: vier stappen

1



Kijk

Bekijk handen en voeten
elke dag.

2



Smeer

Vaak een hydraterende
crème, zeker na het
wassen.

3



Ontlast

Ruime schoenen, zachte
zolen, sokken van katoen.

4



Bescherm

Handschoenen bij werk en
nat werk.

✗ Niet doen

✗

Hete hand- en voetbaden

Warmte maakt de klachten erger

✗

Druk en wrijving

Lang lopen, strakke schoenen,
zwaar werk met de handen

✗

Zelf eelt of vellen wegsnijden

Overleg met je behandelteam of
je medisch pedicure oncologie.

i Goed om te weten

Wat merk je?

Tintelingen of een doof gevoel,
brandende pijn, gevoelig bij
aanraken.

Wanneer?

Dagen, weken of maanden na de
start van de chemotherapie.

Waar?

Handpalmen en voetzolen, als een
egale, scherp begrensde roodheid.

Bel je behandelteam bij pijn die het lopen of het gebruik van je handen hindert, blaren, kloven of open wonden, of toenemende roodheid, warmte of pus.