

Massnahmen bei durch Chemotherapie induzierter peripherer Neuropathie

Patienteninformationen

Zentrum für
Onkologie/Hämatologie
Direkt +41 56 486 27 62
onkologie@ksb.ch

Aussenstandort
KSB Brugg
Direkt +41 56 486 34 11
onkologie.brugg@ksb.ch

Liebe Patientin, lieber Patient

Im Zusammenhang mit der Verabreichung gewisser chemotherapeutischer Substanzen kann es dosisabhängig zu einer sogenannten Chemotherapie Induzierten (verursachten) peripheren Neuropathie (CIPN) kommen. Dabei handelt es sich um eine Erkrankung des Nervensystems, bei der insbesondere in der Peripherie des Körpers Nervenschäden auftreten. Die Schädigungen können zu einer vorübergehenden oder permanenten Veränderung des Gefühls in den Händen und Füßen bis hin zu dauerhaften unangenehmen Missempfindungen und Funktionsstörungen führen.

Mögliche Missempfindungen

- Kribbeln, Brennen oder Ameisenlaufen
- Schmerzen, die kommen und gehen oder ständig bestehen, oft stechend wie durch Nadelstiche oder einschliessend
- Missempfindungen oder Schmerzen bei Berührung, Druck, Kälte oder Wärme
- Fusschmerzen beim Auftreten
- Pelziges oder taubes Gefühl

Mögliche Funktionsstörungen

- Stolpern, Schwanken, Gleichgewichtsstörungen
- Schwierigkeiten beim Greifen oder Festhalten von Gegenständen (wie z. B. ein Hemd zuknöpfen)
- Ungeschicklichkeit und veränderte Handschrift

In der Regel sind die beschriebenen Veränderungen vorübergehend. Bis eine Besserung eintritt, können aber Monate oder Jahre vergehen – eine Zeit, in der die Lebensqualität der Betroffenen stark eingeschränkt sein kann. Sollten Sie bereits eine vorbestehende Polyneuropathie haben, bedingt durch Diabetes mellitus, Alkoholmissbrauch oder genetisch bedingte Neuropathie, besteht möglicherweise ein höheres Risiko für eine durch Chemotherapie induzierte Neuropathie.

Was kann man dagegen tun?

Massnahmen zur Vorbeugung der Polyneuropathie im Zusammenhang mit Verabreichung von Chemotherapeutika sind insbesondere physiotherapeutische Übungen – z. B. Gleichgewichtsübungen. Sie erhalten hierzu Informationsmaterial bzw. eine direkte Einweisung von Seiten der Physiotherapie. Weitergehende Massnahmen wurden bisher nur in kleinen Studien untersucht.



Eine Übung der Physiotherapie: Es geht um Gleichgewicht und Gefühl

Ziel ist es, dass eine möglichst geringe Menge der Substanzen, die die Nervenendigungen schädigen, zu den feinen Nerven der Finger und Zehen gelangt. Dies wird folgendermassen versucht zu erreichen:

- Die prophylaktische Kompression der Hände: Dabei werden eine halbe Stunde vor Beginn, während und bis eine halbe Stunde nach der Verabreichung der Therapie je zwei Plastikhandschuhe übereinander getragen, die eine Nummer kleiner sind als die eigentliche Handschuhgrösse. Ausserdem werden die Füsse mit Kühlelementen gekühlt. Ziel ist es, eine ausreichende Kompression der Finger- und Kühlung der Zehenspitzen zu erreichen.

Kompressions- und Kühlmethoden: Massnahmen bei CIPN

Sowohl die Kompressionsmethode mit Handschuhen als auch die Kühlmethode sind keine Garantie dafür, dass keine Polyneuropathie auftritt. Ihre behandelnde Ärztin/ihr behandelnder Arzt bzw. das Pflegepersonal im Tumorzentrum werden Sie regelmässig zu Symptomen einer Polyneuropathie befragen und bei Notwendigkeit die Therapie anpassen. Es ist wichtig, dass Sie sich bei den ersten Anzeichen melden, damit die Therapie allenfalls angepasst und so eine Zunahme der peripheren Neuropathie und der Beschwerden vermieden werden können.

Was Sie selbst tun können!

In wissenschaftlichen Studien konnte gezeigt werden, dass ein regelmässiges Training zu einer Reduktion von Schmerzen/Missempfindungen führt und vor stärkeren Einschränkungen schützen kann. Insbesondere, wenn Sie schon vor der Chemotherapie damit beginnen.

Die Physiotherapie im Kantonsspital Baden steht Ihnen bei Bedarf sowohl vorbeugend,

als auch bei beginnenden Symptomen oder bei bereits vorbestehenden Einschränkungen zur Seite. Zum Beispiel kann anhand von Sturz- und Gleichgewichtstests eine objektivierbare Aussage zu Ihren Fähigkeiten und möglichen Risiken gemacht werden. Daraus wird ein auf Ihre Bedürfnisse individuell abgestimmter Trainingsplan erstellt. Ihre Sicherheit in Alltagssituationen kann gezielt trainiert werden mittels funktionellen Kraft- und/oder Gleichgewichtsübungen. Die Therapie kann bei uns vor Ort im Trainingsraum stattfinden oder wir zeigen Ihnen auch gerne zweckmässige Übungen für das Eigentraining zu Hause.

Gerne machen wir Sie auch auf unser Nebenwirkungsmanagement aufmerksam. Gezieltes Training steigert Ihr Wohlbefinden und lindert weitere Nebenwirkungen einer Chemotherapie. Scannen Sie hierfür den folgenden QR-Code:



Merkblatt

«Übungen zur Vorbeugung möglicher Folgen einer Chemotherapie»

Ist das Schmerzempfinden an Händen und Füssen eingeschränkt, sollten Sie die Haut regelmässig auf Verletzungen oder Druckstellen prüfen. Vorsicht ist geboten beim Schneiden von Fuss- und Fingernägeln. Wenn Sie unsicher gehen oder sturzgefährdet sind, sollten Sie stabile Schuhe tragen und für eine sichere Umgebung sorgen: Stolperfallen meiden! Bei Problemen mit dem Greifen, Missempfindungen oder Sensibilitätsstörungen an den Händen oder Füssen ist auch die Ergotherapie des Kantonsspitals Baden der kompetente Ansprechpartner.

Ihr interdisziplinäres Behandlungsteam im Bereich der Tumorthherapie