

## Känslorubbningar- neuropati

Vissa cytostatikabehandlingar kan ge känslorubbningar, så kallad neuropati. Det gör att du kan känna stickningar, domningar och känselbortfall i händer, fingrar, fötter, tår och även i munnen. Händerna och fötterna kan också kännas försvagade, bli svullna eller göra ont.

Neuropati kan i vissa fall upplevas redan inom några timmar efter första behandlingstillfället. Kyla och kontakt med kalla föremål kan ibland utlösa eller förvärra neuropatin. Den akuta formen av neuropati är vanligtvis övergående.

Prata med din läkare eller kontaktsjuksköterska om du får besvär. Om du får stora besvär kan du behöva byta till en annan läkemedelsbehandling. Du kan också behöva hjälp att sköta fötterna. Prata med din kontaktsjuksköterska för att få remiss till medicinsk fotvård.

### Egenvårdsråd vid stickningar och domningar

- Smörj regelbundet händer och fötter med mjukgörande salva och var observant på rodnader och ömhet.
- Du kan ha svårt att känna om vattnet är för varmt eller kallt så var försiktig.
- Ha vantar på dig om du ska hålla i något kallt.
- Använd halkmatta i dusch/badkar.
- Undvik mattor du kan snubbla på.
- Använd bekväma skor som inte klämmer åt eller ger skoskav.
- Kontrollera om det finns småsår på händer och fötter. Såren kan ge infektioner.
- Massera lätt under fotsulorna.
- Om du har möjlighet, gå på gångband inomhus om du vill promenera. Det kan kännas säkrare än att promenera utomhus där marken är ojämn.
- Använd gärna gästavar vid promenad utomhus.
- Det kan vara bättre att cykla än att promenera.
- Använd handskar när du jobbar i trädgården, med blomjord eller håller på med vatten.