

# Stickningar och domningar

Vissa cytostatikabehandlingar kan ge känselrubbingar, som också kallas neuropati. Du kan känna stickningar och domningar i händerna och fötterna. Händerna och fötterna kan också kännas försvagade, få svullnader eller göra ont. Om du har domningar i fötterna är det viktigt att du får hjälp att undersöka dina fötter regelbundet. Prata med din kontaktsjuksköterska. Om du får stora besvär kan du behöva byta till en annan läkemedelsbehandling.

### Tips om du har stickningar och domningar:

- Du kan ha svårt att känna om vattnet är för varmt eller kallt så var försiktig.
- Undvik mattor du kan snubbla på.
- Använd halkmatta i dusch/badkar.
- Använd bekväma skor.
- Kontrollera om det finns småsår på händer och fötter. Såren kan ge infektioner.
- Pröva balansträning och olika rörlighets- och töjningsövningar. Se [1177.se](http://1177.se) för tips på balansövningar.
- Det kan vara bättre att cykla än att promenera.
- Om du har möjlighet, gå på gångband inomhus om du vill promenera. Det kan kännas säkrare än att promenera utomhus där marken är ojämn.
- Massera lätt under fotsulorna.