

CIPN = Chemotherapie induzierte periphere Neuropathie

Bei Ihnen plant man ein Medikament einzusetzen, oder es wurde ein Medikament eingesetzt, welches die Nerven schädigen kann. Diese Schädigung bezeichnet man als CIPN.

Was ist CIPN?

Durch die Krebsmedikamente können Nerven geschädigt werden. Häufig sind Nerven betroffen, die für Tastempfinden, Temperaturwahrnehmung, Reiz- und Schmerzweiterleitung zuständig sind, dadurch können Reize nicht richtig übertragen werden.

Folgende Symptome können auftreten:

Missempfindungen wie Ameisenlaufen, Kribbeln, Brennen, pelziges Gefühl, Schmerzempfindungen an den Händen und Füßen, Koordinationsstörung, Beeinträchtigung der Temperaturwahrnehmung, unsicherer Gang.

Scheuen Sie sich nicht es uns mitzuteilen, wenn es kribbelt oder schmerzt, damit wir geeignete Maßnahmen ergreifen können!

Folgende Maßnahmen können Ihnen helfen Symptome zu erkennen und vorzubeugen:

- Tgl. Inspektion der Hände und Füße
 - Gute Hautpflege, z.B. Einreibung mit Ringelblumensalbe
 - Füße und Hände auf angenehme Weise reizen: z. B. massieren mit einem Igelball oder eine elektrische Zahnbürste, warmes Sandbad
 - Sorgfältige Nagelpflege
 - Schutzhandschuhe anziehen beim Putzen und Gartenarbeit
 - Enge Schuhe meiden
 - Meiden von Kälte (ggf. Handschuhe tragen)
 - Gleichgewichts- und Koordinationstraining
 - Möglichst wenig Alkohol trinken
 - Entspannungsverfahren wie Qi Gong, Tai-Chi und Yoga
 - Durch ausgewogene Ernährung genügend Vitamine aufnehmen
- Bei bestimmten Chemotherapien wie Taxanen, platinhaltige Substanzen, Vincaalkaloiden sowie der Substanz Eribulin können Kältehandschuhe und -socken während der Therapiegabe hilfreich sein (müssen selber mitgebracht werden).

Vorsicht:

nicht bei Oxaliplatin, da dieses das Kälteempfinden insbesondere bei den Händen verstärkt



Bei Beschwerden:

Unterstützung durch Physiotherapie und Ergotherapie:

- Vibrationstraining
- Balanceübungen
- sensomotorisches Training
- Koordinationstraining
- Feinmotoriktraining

Vermeiden Sie im Alltag Druck auf Hände und Füße indem Sie:

- Weite Schuhe mit Klettverschluss tragen
- Hilfsmittel nutzen um Flaschen zu öffnen
- Schuhlöffel nutzen
- Langes und häufiges Stehen vermeiden
- Tassen mit gut greifbarem Henkel benutzen

Linderung verschaffen:

- Wohltemperierte Fuß- und Handbäder
- Auf Wassertemperatur achten, Verbrennungen meiden
- Selbstmassage
- Stolperfallen beseitigen
- 1-2 x wöchentlich Peelings mit z.B. je ein EL Olivenöl und Zucker oder Salz auf die Haut verreiben, anschließend mit lauwarmem Wasser abspülen

Treten Schmerzen auf, kann folgendes helfen:

- Nach ärztlicher Anordnung:
 - Örtliche wirkende Gels/Cremes/
Pflaster, z.B capsaicinhalting
 - Schmerzmedikamente
- Akupunktur
- Sollten Schmerzen chronisch sein, kann eine Psychotherapie hilfreich sein



Quellen: DKFZ Krebsinformationsdienst URL <https://www.krebsinformationsdienst.de/zugriff> 08.02.2024, Neurologie Leitlinienprogramm Onkologie (Deutsche Krebsgesellschaft, Deutsche Krebshilfe, AWMF): Supportive Therapie bei onkologischen PatientInnen - Langversion 1.3, 2020, AWMF Registernummer: 032/0540L, <https://www.leitlinienprogramm.onkologie.de/leitlinien/supportive-therapie/> (Zugriff am 18.03.2024)

Autoren: Expertenkreis onkologische Pflege