

Hand-voet huidreactie door doelgerichte therapie

Het Hand-voet huidreactie (HVHR) is ook bekend als palmair-plantair erythrodysesthesie syndroom. De Hand-voet huidreactie (HVHR) is een relatief veel voorkomende huidreactie op behandelingen met een bepaalde groep doelgerichte therapie. Er bestaan verschillende soorten doelgerichte therapie. Niet alle soorten geven bijwerkingen aan de handen en de voeten zoals HVHR.

In onderstaande tabel vind je de medicijnen die HVHR kunnen veroorzaken:

- Sunitinib
- Sorafenib
- Pazopanib
- Axitinib
- Cabozantinib
- Levatinib
- Bevacizumab

Hoewel HVHR niet levensbedreigend is, kan het erg pijnlijk zijn en kan het de dagelijkse activiteiten verstoren. Hierdoor kan de kwaliteit van leven ernstig in het gedrang komen. Hierdoor kan de oncoloog beslissen om de dosis (doelgerichte therapie) te verlagen, de kuur te onderbreken of om voortijdig te stoppen met de behandeling tegen kanker.

Het krijgen van HVHR is afhankelijk van meerdere factoren. De risicofactoren zijn voor het grootste deel onbekend. Het is dus onvoorspelbaar of iemand een HVHR zal krijgen tijdens de behandeling met doelgerichte therapie. We weten wel dat vrouw zijn en een goede reactie van de kanker op het medicijn het risico op het krijgen van HVHR kunnen vergroten.

Hoe ziet hand-voet huidreactie er uit?

De afwijkingen bij HVHR zijn meestal pijnlijk. HVHR kan ook gevoelsstoornissen, tintelingen, branderigheid en gevoeligheid bij aanraking geven. De klachten kunnen variëren van relatief pijnloos tot ernstig pijnlijk. In de ergste vorm zorgt het ervoor dat je nog amper kunt lopen door de pijn en men de handen niet meer kan gebruiken. Hierdoor is het soms moeilijk om voor zichzelf te zorgen. Dat heeft invloed op de kwaliteit van leven

HVHR ontstaat in de eerste twee tot vier weken na het starten van de behandeling met TKI's . De klachten verdwijnen weer geleidelijk na het stoppen van de behandeling.

Aan de handpalmen en de voetzolen voel je op de wrijf- en drukpunten een zwelling en zie je een scherp begrensde roodheid. Deze gaat wel of niet gepaard met kloven, wondjes en afschilfering. Er kan ook vervelling, droogheid en schilfering van de huid ontstaan. Op een gegeven ogenblik kunnen op de wrijf- en drukpunten dikke eeltlagen en pijnlijke blaren ontstaan

In vergevorderde stadia kunnen blaarvorming en open wonden ontstaan. De huid en de nagels kunnen infecteren.

De ernst van de afwijkingen verschillen van persoon tot persoon. Er worden drie stadia of graden beschreven:

Hand-voet huidreactie graad 1: minimale huidafwijkingen zonder pijn

- lichte roodheid, zwelling, overgevoeligheid, jeuk, licht branderig gevoel
- er is geen sprake van een invloed op het dagelijkse leven

- **Hand-voed huidreactie graad 2:** matige huidafwijkingen met weinig beperkingen in de zelfzorg en dagelijkse activiteiten
- roodheid, blaren, kloofjes, zwelling, pijn
- HVHR heeft enige, maar niet al te grote invloed op het dagelijkse leven

Huid-voetreactie graad 3: ernstige huidafwijkingen met grote beperkingen in de zelfzorg en dagelijkse activiteiten

- roodheid, blaren, kloofjes, zwelling, hevige pijn, droogheid en vervolgens verdikken en schilferen van de huid. Soms is er sprake van wondjes aan de voeten of handen
- HVHR leidt tot een ernstige verstoring van dagelijkse activiteiten. Lopen lukt (bijna) niet meer. Hierdoor wordt bewegen lastig. Patiënten kunnen moeilijk voorwerpen vastpakken en hebben veel pijn

Het is belangrijk om de ernst van HVHR nauwkeurig te beoordelen. De graad van ernst is van belang om te beoordelen of de behandeling tijdelijk gestopt moet worden, de dosis verlaagd moet worden of dat er voor een andere behandeling gekozen moet worden.

Vroege herkenning is belangrijk om een volledige en optimale behandeling van de kanker te garanderen en om dosisverlagingen of stopzetten van de behandeling te voorkomen.



Wat kan je zelf doen om HVHR te voorkomen of te verminderen?

Het is misschien niet mogelijk om HVHR te voorkomen, maar je kan een aantal dingen doen om kleine huidafwijkingen onder controle te houden. Zo kan je voorkomen dat ze erger worden. Het vermijden van beschadigingen aan jouw huid is een belangrijke factor om jouw huid zo gezond mogelijk te houden. Hier onder staan de tips.

Enkele dingen die je kan doen, zijn onder meer:

Controleer elke dag jouw handen en voeten om te zien of er afwijkingen zichtbaar zijn

Beoordeel de huid van de handen en de voeten goed en onderneem actie bij beginnende afwijkingen

- **Graad 1:** milde klachten
 - Je hebt een wat rode huid met beginnende blaren en/of eelt, lichte zwelling maar zonder pijn
 - Volg de preventieve adviezen
 - Als bovenstaande maatregelen het hand-voet syndroom niet (voldoende) verlichten, dan moet je het oncologisch behandelteam inlichten. Wacht niet, totdat het hand-voet syndroom te ernstige vormen aanneemt. HVHR heeft een impact op de kwaliteit van leven en kan invloed hebben op de voortzetting van de behandeling
- **Graad 2:** matige klachten
 - In deze fase heb je al meer last van roodheid, kloofjes, blaren, bloedingen, een lichte zwelling, en/of eelt dat ook pijn doet. Het heeft nog niet zo veel invloed op je dagelijkse activiteiten
 - Volg de preventieve adviezen
 - Contacteer het oncologisch behandelteam

- Neem pijnstillers, zoals paracetamol, om de pijn te verlichten
- **Graad 3:** ernstige klachten
 - In deze fase kun je last hebben van roodheid, kloofjes, blaren, eelt, bloedingen, een zwelling en droogheid
 - Hevige pijn. Deze pijn beperkt je enorm in je dagelijkse activiteiten. Je hebt pijn bij het lopen en/of het vastpakken van voorwerpen
 - Volg de preventieve adviezen
 - Contacteer het oncologisch behandelteam
 - Neem pijnstillers, zoals paracetamol, om de pijn te verlichten

Volg de "3C" -benadering tegen HVHR

- **Controle:** Houd eeltvorming onder **controle** en waar mogelijk voorkom eeltvorming
 - Verwijder overmatige eeltvorming aan de handpalmen en de voetzolen vóór, tijdens en na de behandeling
- **Comfort:** vermijd druk op de handen en de voeten
 - Draag schoenen die niet te strak zijn en draag geen hoge hakken
 - Bescherm de delen van je voetzolen die onder druk staan met schuimachtige absorberende zolen en schokdempers
 - Bescherm je handen door werkhandschoenen te dragen
 - Vermijd werkzaamheden waarbij je handen zware inspanning moeten leveren, zoals schoonmaken, klussen of hobby's
 - Bescherm je handen met handschoenen met schok dempende materialen als dat nodig is omdat je regelmatig druk op je handen legt
- **Crèmes:** Houd je huid gehydrateerd. Smeer de huid regelmatig, na elke wasbeurt, en tussendoor goed in. Vraag jouw oncologieverpleegkundige om een goed advies over vettende crèmes
- **Houd je huid schoon om infecties te voorkomen**
- **Vermijd strakke kleding, strakke verbanden of knellende sieraden**
- **Bescherm je huid tegen veelvuldig contact met vocht**
 - Bescherm je handen wanneer je ze nat maakt (zoals tijdens afwassen) met werkhandschoenen om jouw huid te beschermen. Draag vinylhandschoenen bij het schoonmaken van het huis, de afwas of het tuinieren. Voor nog meer bescherming, koop vinylhandschoenen die een maat groter zijn. Draag witte katoenen handschoenen eronder om zweet te absorberen en de huid te beschermen
 - Draag 100% katoenen sokken. Katoenen sokken helpen vocht te absorberen en kunnen schimmelinfecties en verweking van de huid helpen voorkomen
 - Droog je vingers en tenen goed af na het afwassen, het zwemmen of het nemen van een bad/douche om schimmelinfecties te voorkomen
- **Vermijd hete hand- en voetbaden**
- **Stel jouw handen en voeten niet bloot aan extreme koude:** draag handschoenen en pantoffels om jouw handen en voeten te beschermen tegen kou
- **Vermijd zonexpositie en gebruik regelmatig een zonnebrandcrème:** blijf zoveel mogelijk uit de zon. Ga zeker ook niet onder de zonnebank. Als je in de zon komt, smeer dan je huid goed in met een zonnebrand crème met een hoge beschermingsfactor. Probeer voorzichtig uit hoe je huid op zonlicht reageert
- **Verzorg wondjes aan de huid:** vraag advies aan je oncologieverpleegkundige als er wondjes aan de huid ontstaan

Controleer elke dag de huid van je handen en je voeten



Bescherm je huid tegen veelvuldig contact met vocht



3-C benadering voor HVHR



Gebruik regelmatig een zonnebrandcrème



Houd je huid schoon om infecties te voorkomen



Wat moet je vermijden als je behandeld wordt met doelgerichte therapie die HVHR kan veroorzaken?

- Let op als je je huid en je nagels laat behandelen bij een schoonheidsspecialiste, manicure of pedicure. Meld welke behandeling heeft plaatsgevonden en wie jouw oncologisch behandelteam en huisarts zijn. Een patiënt die tegen kanker behandeld wordt mag namelijk niet zonder meer een behandeling buiten het ziekenhuis ondergaan.
- Let op met het gebruik van supplementen voor “gezonde haren en nagels”. Het is van de meeste supplementen niet bekend of ze de werking van de behandeling verstoren. Overleg altijd met jouw arts voordat je vrij verkrijgbare supplementen of medicijnen gebruikt.
- Let op met het gebruik van “natuurlijke cosmetica producten”. Ze zijn niet per se veiliger of effectiever dan ‘gewone’ producten. De verkoop van natuurlijke cosmetica is de laatste jaren flink gestegen. Dergelijke crèmes, make-up en zelfzorgproducten worden aangeprezen als middelen die beter zouden zijn. Dit omdat ze geen schadelijke, synthetische ingrediënten zouden bevatten en geen conserveermiddelen. Cosmetica die als natuurlijk worden aangeprezen, bevatten vaak botanische extracten die kunnen irriteren en een allergische reactie kunnen oproepen. Daarnaast is het belangrijk dat cosmetica veilige conserveermiddelen bevatten om infecties en complicaties te voorkomen. Op het internet zijn lijstjes te vinden met allerlei bestanddelen die schadelijk zouden zijn, en in veel conventionele middelen te vinden zijn. Daar staan nogal eens producten in die dermatologen juist aanraden, zoals vaseline. Ook conserveermiddelen zoals parabenen zijn vaak verdacht, terwijl dit zo ongeveer het minst allergene conserveermiddel denkbaar is.

Welke afwijkingen aan de handen en de voeten zijn een risico zijn en wanneer moet je het oncologisch behandelteam waarschuwen?

Beoordeel de huid van de handen en de voeten goed en onderneem actie bij beginnende afwijkingen

- **Graad 1: milde klachten**
 - Je hebt een wat rode huid met beginnende blaren en/of eelt, een lichte zwelling maar nog zonder pijn
 - Volg de preventieve adviezen
 - Als bovenstaande maatregelen het hand-voet syndroom niet (voldoende) verlichten, dan moet je het oncologisch behandelteam inlichten. Wacht niet totdat het hand-

voet syndroom te ernstige vormen aanneemt. HVHR heeft een impact op de kwaliteit van leven en kan een invloed hebben op de voortzetting van de behandeling

- **Graad 2: matige klachten**

- In deze fase heb je al meer last van roodheid, kloofjes, blaren, bloedingen, een lichte zwelling, en/of eelt dat ook pijn doet. Je hebt er nog niet zo veel last van in je dagelijkse activiteiten
- Volg de preventieve adviezen
- Contacteer het oncologisch behandelteam
- Neem pijnstillers, zoals paracetamol, om de pijn te verlichten

- **Graad 3: ernstige klachten**

- In deze fase kun je last hebben van roodheid, kloofjes, blaren, eelt, bloedingen, een zwelling, droogheid
- Hevige pijn. De pijn beperkt je heel erg in je dagelijkse activiteiten. Je hebt pijn bij het lopen en/of het vastpakken van voorwerpen. Overleg dan met je oncologische behandelteam
- Volg de preventieve adviezen
- Contacteer het oncologisch behandelteam
- Neem pijnstillers, zoals paracetamol, om de pijn te verlichten

Meer informatie vindt u op de website: <https://www.onlinedermatologie.nl/oncologische-huidzorg/>

