

Sensibilitätsstörungen (Polyneuropathien)

Information

Sensibilitätsstörungen (Polyneuropathien) sind Schädigungen der Nerven, eine solche Funktionsstörung der Nerven kann durch Chemotherapie ausgelöst werden. Polyneuropathien treten verzögert auf, was bedeutet, dass sie nicht unmittelbar mit der ersten Chemotherapie auftreten, sondern erst im Verlauf der Therapie.

Verursachende Zytostatika:

- Vincaalcaloide
(Vincristin, Vinblastin, Vindesin, Vinorelbin)
- Platinpräparate (Cisplatin, Carboplatin, Oxaliplatin)
- Taxane (Taxol, Taxotere)
- Methotrexat
- 5-Fluorouracil
- Cytarabin

Nicht bei jedem Patienten kommt es zu Sensibilitätsstörungen und das Ausmaß der Beschwerden ist sehr unterschiedlich. Das Auftreten ist abhängig von Dosis, Dauer und Kombination der Chemotherapie. Die Symptome der Polyneuropathie können von wenigen Wochen bis zu Monaten andauern. In seltenen Fällen kann es auch zu bleibenden Nervenschädigungen kommen.

Wie äußern sich Sensibilitätsstörungen und welche Folgen können Sensibilitätsstörungen haben?

Möglich sind:

- Kribbeln und beginnende Taubheitsgefühle in den Händen und Füßen, welches häufig wie „Ameisenkribbeln“ beschrieben wird

- schmerzhaftes Brennen an den Händen oder den Füßen
- Veränderungen in der Temperaturwahrnehmung mit der Gefahr von Verbrennungen
- An Händen kann es zu Einschränkungen in der Feinmotorik kommen, z.B. beim Binden der Schnürsenkel, Schließen der Knöpfe, Greifen von Geschirr und Besteck oder beim Putzen der Zähne.
- An Füßen können Missempfindungen zu Gangunsicherheit und erhöhter Sturzgefahr führen, da der Boden unter den Füßen weniger oder nicht mehr richtig wahrgenommen wird.
- zu spät oder gar nicht bemerkte Druckstellen oder Wunden durch zu enge oder drückende Schuhe

Sobald Sie erste Symptome oder Sensibilitätsstörungen verspüren, sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam darüber.

Was kann ich selber tun und was muss ich beachten, wenn ich Neuropathien habe?

- Bezogen auf die Füße kann es zu Sensibilitätsstörungen und Gangunsicherheit kommen, versuchen Sie folgende Dinge zu beachten, um die Sturzgefahr zu minimieren:
 - Bei nächtlichen Toilettengängen sollten Sie auf genügend Licht achten.
 - Tragen Sie festes und bequemes Schuhwerk.
 - Leuchtende Klebestreifen können bei der Markierung von Absätzen und Stufen helfen.
 - Installation von Handläufen und Haltemöglichkeiten schaffen zusätzliche Sicherheit.

- Bei Veränderungen der Temperaturwahrnehmung sollten Sie folgendes beachten:
 - Kontrollieren Sie Ihr Badewasser mit einem Thermometer, da die Temperaturen beim Duschen oder Baden falsch eingeschätzt werden.
 - Vermeiden Sie den Gebrauch von Wärmflaschen und Heizkissen, da es schnell zu unbemerkten Verbrennungen kommen kann.
- Bei Beschwerden in den Händen kann es hilfreich sein:
 - im Winter Handschuhe zu tragen, vor allem bei Störungen des Kältegefühls
 - Finger z.B. durch Stricken oder Klavierspielen zu trainieren
 - Hilfsmittel zum Greifen zu nutzen
 - an Kleidung Klettverschlüsse oder Druckknöpfe einzusetzen
- Autogenes Training kann Ihnen zu einem besseren Wohlbefinden verhelfen.
- Je nach Ausprägung der Sensibilitätsstörung ist darüber nachzudenken, evtl. spezielle physiotherapeutische oder ergotherapeutische Maßnahmen zu ergreifen. Bewegungstherapien und Übungen, die das Gleichgewicht, feine Bewegungen und Koordination trainieren, können das Zusammenspiel von Nerven, Muskeln und Gelenken fördern. Sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam darüber.
- Wenn Sie bemerken, dass Sie in bestimmten alltäglichen Handlungen Probleme haben, fragen Sie nach Hilfsmitteln.
- Lassen Sie die Nagelpflege von einer dritten Person durchführen. Mögliche Verletzungen werden häufig nicht bemerkt und führen bei immungeschwächten Menschen schnell zu Entzündungen.
- Bei anhaltenden Beschwerden oder stärker werdenden Schmerzen/Beschwerden, sprechen Sie mit Ihrem Behandlungsteam darüber. Es gibt unterschiedliche medikamentöse Therapien, die ihre Beschwerden lindern können.

Zusätzliche Information für Patient*innen, die Oxalipaltin erhalten:

- Es kann zu stark ausgeprägter Sensibilität gegenüber Kälte kommen, daher Bitte beachten:
- Tragen Sie Handschuhe, wenn Sie etwas auf dem Kühlschrankschrank/Gefrierfach entnehmen, um ihre Hände vor der Kälte zu schützen und somit neuropathischen Schmerzen vorzubeugen.
 - Tragen Sie warme Schuhe und Socken auch zu Hause, wenn keine Fußbodenheizung vorhanden ist.
 - Schützen Sie Ohren und Nase vor Kälte, bedecken Sie Ihren Mund mit einem Schal (Schutz vor Einatmen kalter Luft).
 - Seien Sie vorsichtig beim Konsum von sehr kalten Speisen und Getränken, da diese ein Verkrampfen des Kehlkopfes oder Atemnot auslösen können.
 - Vermeiden Sie das Festhalten an kalten Metallgeländern.
 - Bewegen Sie sich nicht zu lange draußen, wenn es kalt ist.