

## RECONNAÎTRE

Certains traitements anticancéreux peuvent provoquer des lésions aux nerfs et entraîner des symptômes qui commencent généralement au niveau des mains et/ou des pieds

- ▶ **Picotements, engourdissements, sensation de brûlures ou de décharges électriques, pertes de sensations, douleurs, ...**
- ▶ **Faiblesse musculaire, troubles de la marche ou de l'équilibre, difficulté à tenir des objets, ...**
- ▶ **Diminution ou perte des réflexes, modification de la pression artérielle, troubles digestifs, ...**



L'apparition et la durée des symptômes varient d'un patient à un autre en fonction de certains facteurs (âge, diabète mal équilibré, durée et fréquence des traitements anticancéreux, ...)

## PROTÉGER

- ▶ **Vérifiez l'état de vos mains et vos pieds** régulièrement et soignez toute coupure ou lésion
  - ▶ Portez des **gants adaptés** pour les travaux manuels (tâches ménagères, bricolage, jardinage, ...) ou lorsqu'il fait froid
  - ▶ **Anticipez le risque de chutes :**
    - Tapis antidérapant dans la baignoire ou la douche
    - Eclairage suffisant en cas de déplacements
    - Canne pour marcher
    - Retirez les objets encombrants au sol
  - ▶ **Évitez de marcher pieds nus** et portez des chaussures confortables
  - ▶ Pratiquez une **activité physique adaptée**
  - ▶ Soyez prudents avec la **manipulation d'objets chauds, froids ou dangereux**
  - ▶ **Vérifiez la température de l'eau** (avec le coude ou un thermomètre) avant la douche et le lavage des mains
  - ▶ Ayez une **alimentation équilibrée**, riche en vitamines
- Un accompagnement par un **pédicure-podologue** peut-être nécessaire  
**Renseignez-vous auprès de votre équipe soignante**

## EN CAS DE SYMPTÔMES

- **Contactez votre équipe soignante dès l'apparition des symptômes**
- Votre oncologue pourra être amené à interrompre votre traitement anticancéreux et/ou réduire la posologie en fonction de la sévérité des symptômes
- ! **N'interrompez pas votre traitement anticancéreux sans l'avis d'un médecin**
- En cas de douleurs, certains traitements peuvent être prescrits (antalgiques, antidépresseurs, antiépileptiques, ...)
  - Respectez la posologie ainsi que la durée de traitement
  - Signalez tout effet indésirable (sommolence, bouche sèche, ...)
  - N'interrompez pas brutalement le traitement



**Des traitements complémentaires (kinésithérapie, acupuncture, psychothérapie, ergothérapie, ...) peuvent également vous être proposés**