

## FEUILLET D'INFORMATION À L'INTENTION DES PATIENTS **SYNDROME D'ENFLURE DES MAINS ET DES PIEDS**

**Le syndrome d'enflure des mains et des pieds**, également appelé érythrodysthésie palmaire-plantaire – EPP, est un effet secondaire qui peut être provoqué par certaines chimiothérapies. Par exemple, une administration de capécitabine (Xeloda<sup>MD</sup>), de 5-Fluorouracil (5FU), de doxorubicine (perfusion continue), de doxorubicine liposomale (Caelyx<sup>MD</sup>), de sunitinib (Sutent<sup>MD</sup>) et de sorafenib (Nexavar<sup>MD</sup>) peut provoquer cette réaction chez certains patients. Ce syndrome se caractérise par une rougeur et une sensibilité de la paume des mains et de la plante des pieds, qui peuvent s'accompagner de desquamation. Dans les régions atteintes, la peau peut devenir sèche et s'écailler, et une insensibilisation ou des picotements peuvent apparaître. Le syndrome d'enflure des mains et des pieds peut être inconfortable et vous empêcher de réaliser vos activités normales.

### **Mesures pour prévenir le syndrome d'enflure des mains et des pieds**

Pendant les sept premiers jours après votre perfusion chimiothérapeutique, ou en tout temps pendant que vous recevez votre chimiothérapie orale, les suggestions suivantes pourront vous aider à prévenir et à soulager les symptômes cutanés :

- *Appliquez souvent et généreusement un agent hydratant* sur vos mains et vos pieds, plus particulièrement dans les replis cutanés. (Crèmes suggérées : Bag Balm, Udder Cream, Lanolin, Aveeno et Lubriderm).
- *Évitez d'exposer vos mains et vos pieds à la chaleur*, par exemple à de l'eau chaude. Faites tremper vos mains et vos pieds dans une bassine d'eau froide pendant 15 minutes trois ou quatre fois par jour, si possible. Si vous recevez un traitement à l'aide de doxorubicine liposomale toutes les trois ou quatre semaines, vous ne devez suivre ces instructions que pendant la semaine suivant chaque traitement.
- *Évitez les activités qui entraînent un frottement des surfaces de la peau* ou même une *légère pression* sur les mains : se laver vigoureusement, taper dans ses mains, agripper des outils ou des appareils ménagers, dactylographier, jouer d'un instrument de musique et conduire un véhicule. N'appliquez pas de ruban adhésif ni de pansement serré sur votre peau.
- Avant le début du traitement, si vos mains et vos pieds présentent des accumulations de corne ou des cals, faites-vous faire un manucure et un pédicure.
- Assoyez-vous et étendez-vous sur des chaises ou des matelas coussinés. Élevez vos jambes à l'aide d'un coussin aussi souvent que possible.
- Placez un oreiller entre vos genoux ou portez un pyjama si vos jambes se frottent l'une sur l'autre pendant votre sommeil.
- Évitez la marche, le jogging et les exercices vigoureux.
- Portez des vêtements amples et des chaussures larges comportant une semelle coussinée. Évitez de marcher les pieds nus.

## Mesures permettant de soulager le syndrome d'enflure des mains et des pieds

### Application de froid :

- L'application de froid peut offrir un soulagement temporaire de la douleur et de la sensibilité provoquées par le syndrome d'enflure des mains et des pieds.
- Placez la paume de vos mains ou la plante de vos pieds sur un sac de glace ou un sac de légumes surgelés, quand cela est possible, pour vous soulager. Faites des applications de 15 à 20 minutes à la fois, à des intervalles de 15 à 20 minutes. Vous pouvez utiliser des semelles intérieures de gel, que vous pouvez refroidir avant de les insérer dans vos chaussures.
- Faites tremper votre peau dans une solution d'eau tiède et de sel d'epsom pour soulager vos douleurs.

### Lotions :

- Évitez de frotter vigoureusement vos paumes et la plante de vos pieds quand vous appliquez un agent hydratant.
- Si des cloques ou des ulcérations apparaissent, n'utilisez que des agents émollients doux sur vos mains et vos pieds, conformément aux instructions de votre médecin. Un traitement topique contre les blessures pourra également être prescrit par votre médecin.

### Analgésiques :

- Des analgésiques vendus sans ordonnance comme l'acétaminophène (Tylenol) peuvent être utiles pour soulager l'inconfort associé au syndrome d'enflure des mains et des pieds. Parlez-en à votre médecin.

### Vitamines :

- La prise de vitamines B6 (pyridoxine) peut être utile pour prévenir et traiter le syndrome d'enflure des mains et des pieds. Parlez-en à votre médecin.

### Corticostéroïdes

- Si vous recevez une perfusion chimiothérapeutique (doxorubicine liposomale) toutes les trois ou quatre semaines, votre médecin pourra vous prescrire un corticostéroïde (par exemple de la dexaméthasone) pour traiter votre syndrome d'enflure des mains et des pieds

### Médicaments prescrits par votre médecin

- Les traitements chimiothérapeutiques pourront être interrompus, ou les doses modifiées, de façon à prévenir l'aggravation du syndrome d'enflure des mains et des pieds.

### Téléphonez à votre médecin ou à votre spécialiste des soins de santé dans les cas suivants :

- Si vous constatez que la paume de vos mains ou la plante de vos pieds devient rouge ou sensible. Cette situation apparaît souvent avant que la peau commence à s'écailler, et on pourra vous donner des recommandations pour vous soulager. Si vous prenez des médicaments chimiothérapeutiques par la bouche, on vous demandera peut-être de suspendre votre traitement ou votre dose pourra être modifiée afin de prévenir l'aggravation des symptômes.