



患者及照护者教育

# 手足综合症和手脚皮肤反应

本信息介绍了手足综合症和手脚皮肤反应。此外，还说明了如何管理和治疗症状。

## 什么是手足综合症和手脚皮肤反应？

手足综合症和手脚皮肤反应会影响手掌和脚底的皮肤。某些药物会引发手足综合症及皮肤反应。

## 手足综合症和手脚皮肤反应的体征和症状是什么？

手足综合症和手脚皮肤反应的症状会在化疗开始后 3 至 6 周出现。出现的症状类型取决于所服用的药物。

手掌、脚底或两者都可能出现以下任何症状：

- 手脚皮肤干燥、皴裂、结垢或脱皮。
- 刺痛、发麻或灼痛，尤其是指尖和脚趾。出现水泡之前可能会有这种感觉。
- 起泡，更常见于手掌。
- 皮肤感觉更厚或更硬，就像老茧一样。该情况在脚部比手部更常见。
- 轻微或明显发红。

- 肿胀。

这些症状可能会出现在身体承受很大压力的部位。包括脚趾垫、脚趾间以及脚部两侧。

症状从轻微不适到疼痛不等。疼痛会使您无法进行日常活动。您可能很难拿起笔或叉子等小东西。您可能很难系好衣服的扣子。有些人会出现行走困难。

这些症状通常在治疗结束或化疗剂量降低后就会消失。您的皮肤会在几周后开始愈合。

## 哪些药物会引发手足综合症及手脚皮肤反应？

### 可引发手足综合症的药物

以下药物会引发手足综合症：

- 卡培他滨 (Xeloda®)
- 阿霉素 (Adriamycin®)
- 氟尿嘧啶 (5-FU®)
- 阿霉素脂质体 (Doxil®)
- 阿糖胞苷 (Cytosar-U®)

### 可引发手脚皮肤反应的药物

以下药物可能会引发手脚皮肤反应：

- 索拉非尼 (Nexavar®)
- 舒尼替尼 (Sutent®)

- 卡博替尼 (Cometriq®)
- 瑞戈非尼 (Stivarga®)
- 阿昔替尼 (Inlyta®)
- 帕唑帕尼 (Votrient®)
- 凡德他尼 (Caprelsa®)
- 维莫非尼 (Zelboraf®)
- 达拉菲尼 (Tafinlar®)

## 如何治疗手足综合症和手脚皮肤反应？

请遵照以下提示，帮助治疗手足综合症和手脚皮肤反应的相关症状。

### 与您的医疗保健提供者进行讨论

开始出现症状后，应尽快告知医疗保健提供者。如果您有以下情况，请告知他们：

- 糖尿病。
- 血管疾病（影响静脉、动脉或血液流动的疾病）。
- 周围神经病变（影响神经的疾病）。

上述疾病会导致皮肤破裂，使伤口无法愈合并可能引起感染。

### 护理皮肤

- 保湿。对于手足综合症，可以尝试使用不含香精且含矿脂成分的乳液或软膏，如 Urea、Udderly Smooth® 或 Eucerin®。

- 不要弄破任何水泡。使用凡士林® 等矿脂软膏，并用绷带 (Band-Aid®) 包覆。
- 避免热水。请勿在热水或热水浴缸中浸泡手脚。不要洗热水澡。
- 避免揉搓手脚。除了涂乳液或面霜外，请勿进行任何会揉搓手掌或脚底的事情。
- 每天至少泡一次手脚。在冷水中浸泡 20 到 30 分钟。然后拍干手脚，涂上无气味的保湿剂。
- 避免某些活动。治疗前 2 个月，请尽量避免引起摩擦或揉搓手脚的事情。包括任何剧烈运动（如跑步、慢跑或有氧运动），或接触性运动（如橄榄球或足球）。

## 穿着合适的衣服

- 穿上袜子。穿厚而柔软的棉袜，搭配所有鞋子。
- 穿轻便舒适的鞋子。在鞋子里加入吸震泡沫鞋垫和减震装置，以减轻压力点。您可以从零售药店购买（比如 CVS 或 Walgreens），或从亚马逊等在线零售商处购买。
- 保护双手。在室外或室内活动时，戴上厚的棉质手套。包括打扫房子、园艺或外出购买食物。
- 避免穿着紧身衣。不要穿太紧的袜子、连裤袜或鞋子。

## 请遵循医疗保健提供者的指导说明

医疗保健提供者可能会开一些外用药物来治疗该部位。外用药物是指涂在皮肤表面的药物。包括：

- 类固醇。
- 保湿剂。
- 去除死皮的药物。
- 抗菌药（杀菌药物）。
- 止痛药。
- 液体绷带（如 Dermabond<sup>®</sup> 等），用于闭合手部或脚部皮肤的任何开口。

如果症状加剧，请咨询您的医疗保健提供者。他们可能会开一些口服药物（即用口吞服的药物）来控制疼痛或肿胀。

### **何时电话联系您的医疗保健提供者**

如果出现以下任何一种情况，请您联系您的医疗保健提供者：

- 发热  $\geq 100.4^{\circ}\text{F}$  ( $38^{\circ}\text{C}$ )
- 寒战。
- 症状并未消失或正在加剧。
- 手掌或脚底出现以下任何症状：
  - 触摸时皮肤发硬、温暖或发热。
  - 亮黄色或绿色引流液。
  - 出血。
  - 手掌或脚底散发出难闻的气味。
  - 发红或肿胀加重。

- 疼痛或不适加重。
- 任何疑问或非预期问题。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

Hand-Foot Syndrome and Hand-Foot Skin Reaction - Last updated on July 29, 2023

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利