

手足综合征, 癌症患者的“切肤之痛”

文 / 大理市第一人民医院 宁晓

手足综合征(HFS)是抗肿瘤药物剂量累积引起的皮肤及神经损害,发生率很高,又称掌跖痛性红斑。临床症状方面,轻者以麻木、感觉迟钝、感觉异常、麻刺感、疼痛感为主,重者表现为皮肤肿胀或红斑、脱屑、皲裂、硬结样水泡或严重的疼痛等。

一、常见引起手足综合征的药物

首先需要强调一点,目前临床上使用的许多抗肿瘤药物在不同程度上都会引起HFS的不良反应。但是,引起HFS的主要集中于细胞毒类药物,如卡培他滨、氟尿嘧啶、脂质体阿霉素、奥沙利铂、阿糖胞苷、长春瑞滨和多西他赛等。

另外,服用靶向药物(如索拉非尼、阿帕替尼等)的患者同样不可大意,其通过抑制血管内皮生长因子(VEGF)的生长,导致周围毛细血管损伤,也会引起HFS。

二、手足综合征发生时间及分级标准

HFS的发生具有药物特异性和剂量依赖性,相关症状多出现在患者使用化疗药物后2~21天,没有传染性;停药后2~5周,症状通常会逐渐缓解,并且基本不存在长期后遗症。

临床上对HFS有多种分级方法,目前应用最多的是美国国家癌症研究所(NCI)的三级分类标准(表1)和世界卫生组织(WHO)的四级分类标准(表2)。

三、如何预防手足综合征

(1) 避免手足局部摩擦,穿着宽松舒适的手套、鞋袜,使用松软的鞋垫,避免穿过紧的鞋。

(2) 避免重体力劳动,防止运动后四肢血液增多,诱发和加重HFS。

(3) 注意保暖,温水洗浴,减少手足接触热水次数,同时避免冷水刺激。

(4) 饮食要清淡,避免辛辣刺激食物,保证每天饮水量不少于2500 mL,保持大小便通畅,以促进

表1 美国国家癌症研究所(NCI)的三级分类标准

1级	2级	3级
轻微的皮肤改变或皮炎(如红斑、脱屑),伴感觉异常(如麻木感、烧灼感、针刺感),但不影响日常活动	皮肤改变(如1级)伴疼痛,轻度影响日常活动,皮肤表面完整	溃疡性皮炎或皮肤改变,伴剧烈疼痛,严重影响日常活动;明显组织破坏(如脱屑、水泡、出血、水肿)

表2 世界卫生组织(WHO)的四级分类标准

1级	2级	3级	4级
手和脚感觉迟钝,感觉异常或刺痛感	持物和走路时不舒适,无痛肿胀或红斑	疼痛的红斑,手掌和脚底水肿,甲周红斑和肿胀	脱皮、溃烂、起疱及剧烈疼痛



体内药物排泄。

(5) 若出现手足部皮肤水泡溃破、溃疡及趾甲脱离,引起极度疼痛和功能障碍等严重症状,及时到医院处理。

四、手足综合征的治疗

1. 西医治疗

根据西医理论, HFS是剂量依赖性毒性反应, 其发生与化疗药物剂量呈正相关。如果患者出现了2级或以上的症状, 需要考虑减少药物剂量或停止化疗。另外, 一些药物也可以用于HFS的治疗。

(1) 口服糖皮质激素(如地塞米松)可以降低脂质体阿霉素引起的HFS。如果患者存在开放性创面, 则需防止金黄色葡萄球菌感染。

(2) 口服塞来昔布(一种COX-2

抑制剂, 具有抗肿瘤新生血管生成的作用)可以预防卡培他滨引起的HFS。但是, 服用前需要考虑心血管风险。

(3) 口服维生素E。维生素E是一种脂溶性的抗氧化剂, 有稳定细胞膜的作用, 对于防治HFS有一定的作用。

在手和脚的表面(尤其是皮肤折痕位置)涂抹护肤霜, 如维生素E霜、尿素霜、凡士林软膏、湿润烧伤膏等。

2. 中医治疗

在中医看来, 化疗药属于“药毒”的范畴, 易损伤人体脾胃、气血化生无源, 令脏腑阴阳气血失调, 使外邪趁虚而入, 留滞不去, 气机不畅, 血行淤滞, 从而导致患者麻木、感觉迟钝、感觉异常、麻刺感、无痛感或疼痛感等不适。

中医提倡中药外用来防治HFS。HFS的发病部位在手足等浅表部位, 采用中药熏洗治疗, 操作方便; 而且中药经皮肤吸收给药, 能够避免肝脏首过效应及胃肠道破坏, 可以直达病所。

(1) 健脾益肾, 温经通络: 桂枝10 g、附子10 g、当归20 g、黄芪20 g、红花10 g、老鹳草20 g, 每日1剂, 温开水稀释后外洗手足。

(2) 祛风除湿, 通痹止痛: 经方身痛逐瘀汤浓煎后浸洗手足。

(3) 益气养血, 活血通络: 经方补阳还五汤既可以用于手足熏洗, 还可以内服。

(4) 清热燥湿, 凉血解毒: 将中药颗粒剂(丹皮、赤芍、蒲公英、黄芩、苦参、山慈菇各30 g)用温水溶化, 熏洗手足。**药物与入**