

# 手足症候群を予防するお薬について

※ジェネリック薬品への変更も可能

## 点滴当日から使用するお薬

### ① ヒルドイドソフト軟膏/ヒルドイドローション 1日3回

ゼローダによる手足症候群の予防として使用します。  
点滴当日から使用をはじめましょう。



#### 【タイミング】

手：手指の洗浄や水仕事の後など多めに塗布  
足：朝起きた直後、入浴後、寝る前など

#### 【部位】

手足の指の関節、指の付け根、爪周囲、しわ、かかとなどの部分は手足症候群が現れやすいため、十分な量で塗りましょう。強くすりこまず、そっと丁寧に塗ることを心がけましょう。

#### 【保護】

保湿剤を塗った後には、綿素材の柔らかい手袋や靴下を着用するようにしましょう。寝る前に着用することで、さらに効果的な保湿ができます。

### ●保湿クリームの必要量の目安

軟膏、クリームは人差し指の先から第一関節までの量、  
ローションは1円玉大が約0.5gとなり、これが必要量の目安です。  
**この量は成人の手のひら2枚分に対する必要量です。**



## ◎手足の洗浄のポイント

### ・洗浄剤はよく泡立てましょう

泡タイプの洗浄剤や柔らかめのネットを利用して十分に泡立てて使用してください。

### ・こすり過ぎず、ぬるま湯で優しく洗いましょう

強くこすり過ぎて皮膚の表面を傷つけないように、柔らかくやさしく洗うことを心がけましょう。また熱いお湯は皮脂を取り除いてしまうため、体温より少し低い程度のぬるま湯で洗いましょう。

### ・足の裏や爪の付け根をよく観察しましょう

足は観察の機会が少なく、異常を発見しづらい部位ですので、洗浄の際にしっかり観察するように心がけましょう。

**※洗浄剤は低刺激性(無香料)、弱酸性、保湿剤入り(セラミド配合)などのものを選ぶとよいでしょう。**

副作用が現れたとき(いつもと違うと感じたとき)には我慢することなく

医師・薬剤師・看護師にお知らせください。