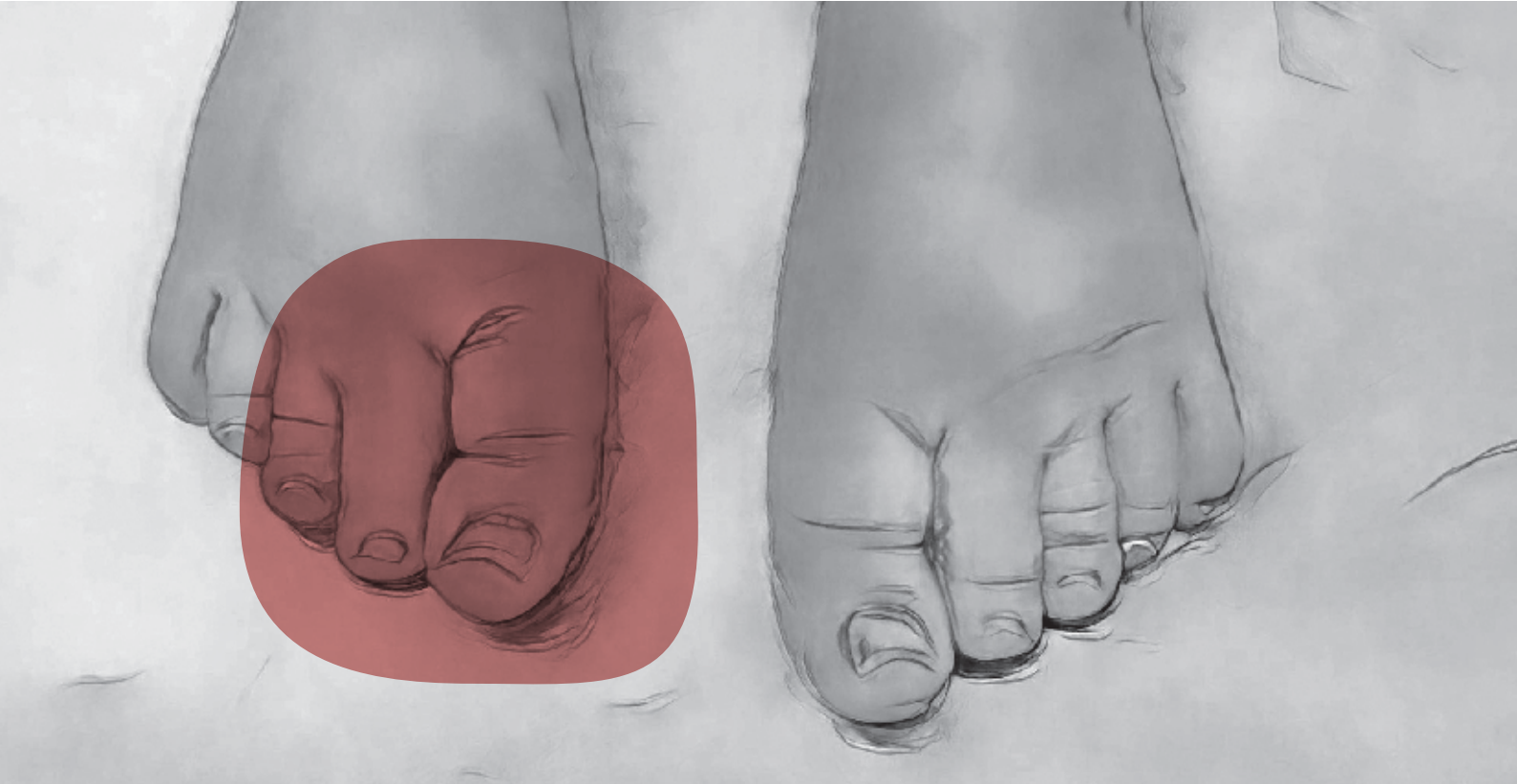


ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΑ ΝΥΧΙΑ ΛΟΓΩ ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ



Σκοπός του παρόντος φυλλαδίου

Αυτό το φυλλάδιο έχει σχεδιαστεί για να σας βοηθήσει να κατανοήσετε περισσότερα σχετικά με τις **αλλαγές στα νύχια** που προκαλούνται από φάρμακα που χρησιμοποιούνται κατά του καρκίνου.

Σας ενημερώνει για το πώς μοιάζουν οι **αλλαγές στα νύχια** που προκαλούνται από φάρμακα, ποιες είναι οι αιτίες τους και πώς διαγιγνώσκονται και αντιμετωπίζονται.

Σας παρέχει επίσης πρακτικές συμβουλές για την πρόληψη και τη διαχείρισή τους.

Ποιες είναι οι αλλαγές στα νύχια που σχετίζονται με τη θεραπεία του καρκίνου;

Οι αλλαγές στα νύχια είναι μια συχνή τοξικότητα που μπορεί να προκληθεί από μια σειρά αντικαρκινικών θεραπειών. Η ονυχοφόρος πλάκα, η κοίτη του όνυχα και το περιωνύχιο δέρμα γύρω από το νύχι μπορεί να επηρεαστούν με συχνότητα που ποικίλλει ανάλογα με το φάρμακο που χρησιμοποιείται. Οι στοχεύουσες θεραπείες είναι αυτές που σχετίζονται περισσότερο με αλλαγές στη δομή των νυχιών. Μετά τη διακοπή της θεραπείας, ωστόσο, οι βλάβες αποκαθίστανται σταδιακά.

Αν και οι αλλαγές στα νύχια δεν είναι απειλητικές για τη ζωή, μπορεί να προκαλέσουν δυσφορία και πόνο. Μπορεί να επηρεάσουν τις καθημερινές σας δραστηριότητες και να έχουν αρνητικό αντίκτυπο στην ποιότητα ζωής σας. Ορισμένα προληπτικά και θεραπευτικά μέτρα μπορούν να βελτιώσουν αυτό το ενίοτε δύσκολο αντιμετώπισμο ανεπιθύμητο συμβάν.

● Ποια αντικαρκινική θεραπεία μπορεί να προκαλέσει αλλαγές στα νύχια;

Ένας μεγάλος αριθμός από χημειοθεραπευτικούς παραγόντες και στοχεύουσες θεραπείες μπορεί να προκαλέσει αλλαγές στα νύχια. Οι βλάβες εμφανίζονται από 1-2 εβδομάδες έως αρκετούς μήνες μετά την έναρξη της θεραπείας.

Ο παρακάτω πίνακας παρέχει έναν κατάλογο των πιο κοινών αντικαρκινικών φαρμάκων και των αντίστοιχων αλλαγών που μπορεί να προκαλέσουν στα νύχια.

Αποκόλληση των νυχιών	Καπεσιταβίνη, δοσεταξέλη, δοξορουβικίνη, εριμπουλίνη, ετοποσίδη, ιξαμπεπιλόνη, μερκαπτοπουρίνη, μεθοτρεξάτη, μιτοξαντρόνη, πακλιταξέλη, αναστολείς σημείων άνοσο-ελέγχου, αναστολείς FGFR
Απώλεια της πλάκας των νυχιών	δοκεταξέλη, πακλιταξέλη, αναστολείς FGFR
Αιμορραγία κάτω από την πλάκα του νυχιού (υπονύχια)	δοκεταξέλη, πακλιταξέλη, σοραφενίμπη, σουνιτινίμπη, καμποζαντινίμπη
Αποχρωματισμός των νυχιών	μπλεομυκίνη, κυκλοφωσφαμίδη, δακαρβαζίνη, δανορουβικίνη, δοκεταξέλη, δοξορουβικίνη, ερλοτινίμπη, ετοποσίδη, φθοριοουρακίλη, γεφτινίμπη, ιδαρουβικίνη, ιματινίμπη, λαπατινίμπη, μελφалан, πακλιταξέλη, βινκοταξέλη, πανιτουμανουμάμπη, τοπριστοταξέλη...
Λοιμώξεις	δοκεταξέλη, εριβουλίνη, ερλοτινίμπη, γεφτινίμπη, λαπατινίμπη, πακλιταξέλη, πανιτουμουμάμπη, κετουξιμάμπη, οσιμερτινίμπη, αφατινίμπη
Ερυθρότητα και οίδημα του περιονυχίου	σεριμπουλίνη, ερλοτινίμπη, γεφτινίμπη, λαπατινίμπη, πανιτουμουμάμπη, τραμετινίμπη, σετουξιμάμπη, οσιμερτινίμπη, αφατινίμπη, μπινιμετινίμπη, ιμπρουτινίμπη
Ευθραυστότητα των νυχιών	όλοι οι χημειοθεραπευτικοί παράγοντες
Ανωμαλίες στην επιφάνεια της πλάκας των νυχιών (σχισμές, αύλακες, βοθρία)	Αναστολείς των σημείων ανοσολογικού ελέγχου

● Ποια είναι τα σημάδια και τα συμπτώματα των αλλαγών στα νύχια που σχετίζονται με τη θεραπεία του καρκίνου;

Διαφορετικές αλλαγές μπορεί να παρατηρηθούν σε ένα ή περισσότερα νύχια ταυτόχρονα και μπορεί επίσης να συνυπάρχουν στο ίδιο νύχι.

1. Ευθραυστότητα των νυχιών:

Ορισμένα αντικαρκινικά φάρμακα μπορούν να τροποποιήσουν την ανάπτυξη των νυχιών. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τη βραδύτερη ανάπτυξη της πλάκας των νυχιών και/ή αδύναμη πλάκα νυχιών που είναι λιγότερο ελαστική, σπάει και σχίζεται εύκολα. Συνήθως, αυτές οι αλλαγές των νυχιών δεν είναι επώδυνες και επιβλαβείς. Μετά τη διακοπή της θεραπείας, τα νύχια επανέρχονται σταδιακά.

2. Αύλακες ή γραμμές στην πλάκα των νυχιών:

Ορισμένα αντικαρκινικά φάρμακα μπορούν να προκαλέσουν αύλακες ή/και εγκάρσιες γραμμές (*γραμμές Beau*) στην πλάκα των νυχιών. Πρόκειται για μια αθώα παρενέργεια, που προκύπτει από μια προσωρινή και μερική διακοπή της ανάπτυξης των ονύχων. Οι αύλακες και οι γραμμές θα εξαφανιστούν τελικά λίγους μήνες μετά το τέλος της θεραπείας.

3. Λευκοί αποχρωματισμοί στα νύχια:

Ορισμένα αντικαρκινικά φάρμακα μπορούν να εμποδίσουν τη μήτρα των νυχιών να σχηματίσει σωστά την πλάκα των νυχιών. Το τελευταίο, έχει ως αποτέλεσμα λευκές εγκάρσιες λωρίδες ή κηλίδες. Πρόκειται για μια αθώα παρενέργεια. Οι γραμμές και οι κηλίδες θα εξαφανιστούν σταδιακά μετά τη διακοπή της θεραπείας, ακολουθώντας την ανάπτυξη του νυχιού.

4. Σκούρες κηλίδες κάτω από το νύχι:

Ορισμένοι χημειοθεραπευτικοί παράγοντες μπορούν να προκαλέσουν σκούρο χρωματισμό του νυχιού. Συνήθως, αυτός ο χρωματισμός είναι προσωρινός, αλλά μπορεί να είναι και μόνιμος. Μπορεί να αφορά ένα μέρος ή ολόκληρη την πλάκα του νυχιού.

5. Εκχυμώσεις κάτω από το νύχι:

Μπορεί να εμφανιστούν μικρές εκχυμώσεις στην κοίτη του νυχιού. Αυτές είναι ορατές ως μικρές κόκκινες γραμμές κατά μήκος της πλάκας του νυχιού (*αιμορραγίες τριχοειδών*). Μπορεί επίσης να υπάρχουν μεγαλύτερες περιοχές υπονύχιας αιμορραγίας, που συνοδεύονται από πόνο. Σε αυτή την περίπτωση, υπάρχει αυξημένος κίνδυνος μόλυνσης.

6. Αποκόλληση των νυχιών:

Η πλάκα του νυχιού είναι χαλαρά συνδεδεμένη με την κοίτη του νυχιού (*ονυχόλυση*). Αυτό είναι προσωρινό, αλλά μπορεί να είναι επώδυνο. Υπάρχει επίσης αυξημένος κίνδυνος μόλυνσης.

7. Απώλεια του νυχιού:

Ορισμένα αντικαρκινικά φάρμακα μπορεί να οδηγήσουν σε πλήρη απώλεια της πλάκας του νυχιού. Αυτό είναι προσωρινό αλλά μπορεί να είναι επώδυνο. Υπάρχει επίσης αυξημένος κίνδυνος λοίμωξης.

8. Φλεγμονή των περιωνύχιαων ιστών:

Ερυθρότητα ή πρήξιμο του δέρματος γύρω από το νύχι του δακτύλου του χεριού ή του ποδιού (*παρωνυχία ή είσφρυση όνυχος*). Αυτό μπορεί να είναι πολύ επώδυνο και μπορεί να περιορίσει τις συνήθειες καθημερινές σας δραστηριότητες.

9. Πυογόνο κοκκίωμα:

Καλοήθης αγγειακός όγκος που εμφανίζεται συχνά στην πλάγια πτυχή του νυχιού, συνήθως του μεγάλου νυχιού. Μπορεί να αναπτυχθεί γρήγορα, και να προκαλέσει δυσφορία και έκκριση υγρών.

10. Επιφανειακές ανωμαλίες της πλάκας νυχιών (σχισμές, αύλακες, βοθρία):

Επιφανειακές ανωμαλίες: μικροσκοπικές κοιλότητες στα νύχια σας (που ονομάζονται “εντυπώματα ονύχων”), λευκοί, κίτρινοι ή καφέ αποχρωματισμοί, θρυμματισμός των νυχιών, αποκόλληση των νυχιών από το δάχτυλο του χεριού ή του ποδιού, αιμάτωμα κάτω από το νύχι σας.



● Πώς να προλάβετε ή να περιορίσετε τις αλλαγές των νυχιών που σχετίζονται με τη θεραπεία του καρκίνου;

Παρότι δεν είναι δυνατόν να προλάβετε όλες τις αλλαγές στα νύχια σας, αλλά μπορείτε να προβείτε σε διάφορες ενέργειες ώστε να αποτρέψετε τις σοβαρές βλάβες στα νύχια σας αλλά και να περιορίσετε κάποιες από αυτές. Ελέγχετε καθημερινά τα χέρια και τα πόδια σας, για να δείτε αν υπάρχουν ανωμαλίες και ενεργήστε άμεσα για να προλάβετε την επιδείνωσή τους.

Παρακάτω παρατίθεται ένας κατάλογος συμβουλών:

1. Διατηρείτε το δέρμα και τα νύχια σας καθαρά για να αποφύγετε τις μολύνσεις.
2. Κρατήστε τα νύχια σας κοντά και ίσια: τα κοντά νύχια είναι λιγότερο πιθανό να σπάσουν ή να “πιαστούν” σε κάτι (για συμβουλές: βλ. παρακάτω).
3. Προστατέψτε τα νύχια των χεριών και των ποδιών σας από φθορές.
 - Αποφύγετε την άσκηση πίεσης στα χέρια και τα πόδια σας: φοράτε παπούτσια που δεν είναι πολύ στενά και αποφύγετε τα ψηλά τακούνια. Προστατέψτε τα χέρια σας φορώντας γάντια εργασίας.
 - Αποφύγετε δραστηριότητες με μεγάλη καταπόνηση των χεριών, όπως η καθαριότητα, οι μικροδουλειές ή τα χόμπι που μπορεί να βλάψουν το δέρμα και τα νύχια σας.
 - Προστατέψτε το δέρμα σας από τη συχνή επαφή με την υγρασία και φορέστε γάντια βινυλίου όταν καθαρίζετε το σπίτι, πλένετε τα πιάτα ή κάνετε κηπουρική. Για πρόσθετη προστασία, χρησιμοποιήστε γάντια βινυλίου που είναι ένα νούμερο μεγαλύτερο και από κάτω φορέστε λευκά βαμβακερά γάντια ώστε να απορροφήσουν τον ιδρώτα και να προστατεύσουν το δέρμα.
 - Φοράτε κάλτσες από 100% βαμβάκι που τις αλλάζετε συχνά. Οι βαμβακερές κάλτσες βοηθούν στην απορρόφηση της υγρασίας και μπορούν να βοηθήσουν στην πρόληψη μυκητιασικών λοιμώξεων και διαβροχής του δέρματος.
 - Στεγνώστε καλά τα δάχτυλα των χεριών και των ποδιών σας μετά το πλύσιμο των πιάτων, το κολύμπι ή το μπάνιο/ντους για να αποφύγετε τις μολύνσεις.
 - Αποφύγετε τα ζεστά λουτρά χεριών και ποδιών.
 - Μην εκθέτετε τα χέρια και τα πόδια σας σε υπερβολικό κρύο: φορέστε γάντια και παντόφλες για να προστατεύετε τα χέρια και τα πόδια σας.
 - Αποφύγετε την έκθεση στον ήλιο και χρησιμοποιείτε τακτικά αντηλιακό στο δέρμα και στα νύχια σας.

4. Ενυδατώνετε τακτικά τα χέρια, τα νύχια και τα πετσάκια σας με μια ενυδατική κρέμα
5. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στα πετσάκια σας: τα πετσάκια είναι ένα λεπτό στρώμα νεκρού ιστού που επικάθεται στην πλάκα των νυχιών και που προστατεύει τα νύχια σας από επιβλαβή βακτήρια και μύκητες, συνεπώς μην τα καταστρέφετε δαγκώνοντας ή κόβοντάς τα.
6. Αποτρέψτε την ανάπτυξη των παρωνυχιάς: μια παρωνυχία μοιάζει με ένα “μικρό νύχι” δίπλα στο κανονικό σας νύχι. Η παρωνυχίδα εμφανίζεται όταν τα πετσάκια είναι πολύ ξηρά και σπάνε. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να προεξέχει ένα κομμάτι σκληρού δέρματος. Εμφανίζεται τόσο στα νύχια των ποδιών όσο και στα νύχια των χεριών. Μια παρωνυχίδα μπορεί να είναι αρκετά ενοχλητική και επώδυνη. Εάν υπάρχουν παρωνυχίδες, μην τις τραβήξετε, αλλά σταθεροποιήστε την προσεκτικά με μία ιατρική ταινία με μικροπόρους.
7. Προστατεύστε την εκτεθειμένη κοίτη των νυχιών: το εκτεθειμένο δέρμα από την κοίτη των νυχιών μπορεί να καλυφθεί με μη κολλητικές ενυδατωμένες γάζες.
8. Αποφύγετε το γυάλισμα των νυχιών σας: μην γυαλίζετε τις πλάκες των νυχιών σας με λίμα. Το γυάλισμα της πλάκας των νυχιών λεπτύνει την εύθραυστη πλάκα, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει βλάβες και λοιμώξεις.
9. Αποφύγετε τα προϊόντα αφαίρεσης βερνικιών νυχιών και τα σμάλτα νυχιών με τοξικά συστατικά: χρησιμοποιήστε φυσικά προϊόντα αφαίρεσης βερνικιών νυχιών χωρίς ακετόνη και οξικό αιθυλεστέρα. Προτιμήστε τα βερνίκια νυχιών που κυκλοφορούν στο εμπόριο ως μη τοξικά.
10. Χρησιμοποιήστε βερνίκια νυχιών με βάση το νερό σε νύχια που είναι γραμμωτά, εύθραυστα ή σχισμένα: το υδατικό βερνίκι νυχιών ενισχύει και προστατεύει τα νύχια. Τα βερνίκια νυχιών με βάση το νερό είναι ιδανικά επειδή περιέχουν τη μικρότερη ποσότητα χημικών ουσιών.
11. Αποφύγετε τα τεχνητά νύχια, τα μεταξωτά περιτυλίγματα νυχιών: μια μόλυνση μπορεί να αναπτυχθεί κάτω από τα περιτυλίγματα και τα τεχνητά νύχια. Μην χρησιμοποιείτε βερνίκι νυχιών σε μορφή τζελ, καθώς μπορεί να αφαιρεθεί μόνο με ασετόν.
12. Μη χρησιμοποιείτε ακρυλικά νύχια: τα ακρυλικά τείνουν να αποδυναμώνουν τα φυσικά σας νύχια και να τα κάνουν εύθραυστα.



● Πώς να διαχειριστείτε τις αλλαγές στα νύχια που σχετίζονται με τη θεραπεία του καρκίνου;

Η έγκαιρη αναγνώριση, η πρόληψη και η αντιμετώπιση των μεταβολών των νυχιών είναι σημαντικές για την εξασφάλιση της συνέχειας της αντικαρκινικής θεραπείας, αποφεύγοντας την τροποποίηση της δόσης ή τη διακοπή της.

Αξιολογήστε προσεκτικά τα νύχια των χεριών και των ποδιών σας και δραστηριοποιηθείτε εάν εμφανιστούν πρώιμες αλλαγές ή κάποιο από τα παρακάτω σημεία/συμπτώματα γύρω ή κάτω από τα νύχια σας:

1. Χαλάρωση των πλακών των νυχιών
2. Αιμορραγία κάτω από τις πλάκες των νυχιών
3. Πυώδες έκκριμα γύρω και κάτω από τα νύχια (άσχημη οσμή)
4. Μύκητας των νυχιών
5. Εύκολα αιμορραγούντες όγκοι στα τοιχώματα των νυχιών
6. Δέρμα και νύχι(α) που είναι ζεστά, καυτά ή σκληρά στην αφή
7. Πόνος και δυσφορία

Ο γιατρός σας μπορεί να συνταγογραφήσει τοπικά φάρμακα για τη θεραπεία των νοσημάτων των νυχιών.

Τα τοπικά φάρμακα είναι αυτά που εφαρμόζονται στα νύχια σας και μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Κρέμες κορτιζόνης
- Ενυδατικές κρέμες
- Αντιμικροβιακά ή αντιμυκητιασικά φάρμακα (φάρμακα που σκοτώνουν τα βακτήρια)
- Υγρούς επιδέσμους για να κλείσετε τυχόν ανοιχτό δέρμα στα χέρια ή τα πόδια σας

Εάν τα συμπτώματά σας δεν υποχωρήσουν με ένα τοπικό φάρμακο, ο γιατρός σας μπορεί να σας συνταγογραφήσει φάρμακα από το στόμα όπως αντιβιοτικά ή παυσίπονα.

Σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να χρειαστεί να γίνει μερική αφαίρεση της πλάκας του νυχιού ή μια πιο σύνθετη χειρουργική επέμβαση.

Παρόλο που έχει καταβληθεί κάθε δυνατή προσπάθεια για να διασφαλιστεί ότι οι πληροφορίες που δίνονται στο παρόν φυλλάδιο είναι ακριβείς, δεν μπορεί να επιβεβαιωθεί ότι κάθε θεραπεία είναι κατάλληλη ή αποτελεσματική για κάθε άτομο. Ο δικός σας κλινικός γιατρός θα είναι σε θέση να σας συμβουλευτεί λεπτομερέστερα.

Επιμέλεια φυλλαδίων

Ζωή Απάλλα, Αν. Καθηγήτρια Δερματολογίας ΑΠΘ
Βασιλική Νικολάου, Επ. Καθηγήτρια Δερματολογίας ΕΚΠΑ
Αικατερίνη Γραφανάκη, Μέλος ΕΔΙΠ Πανεπιστημίου Πατρών