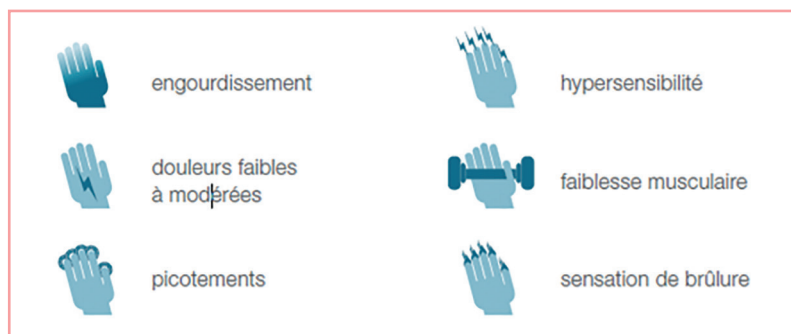


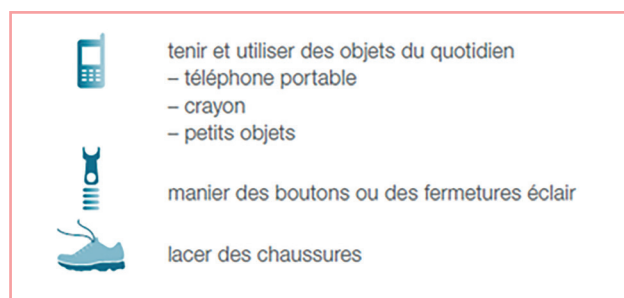


## NEUROPATHIE PÉRIPHÉRIQUE

La neuropathie périphérique peut être une manifestation de votre maladie ou un effet indésirable des traitements. Elle provoque une modification de la sensation ou de la sensibilité de la peau, un engourdissement, des picotements, une sensation de brûlure, une faiblesse ou des douleurs dans les mains ou les pieds.



Une neuropathie périphérique peut notamment se manifester par des difficultés à accomplir les tâches suivantes :



Votre médecin peut vous proposer différentes façons de traiter la neuropathie périphérique en fonction de la cause de la lésion et des symptômes que vous éprouvez. Une réduction de la dose ou un arrêt d'un médicament potentiellement toxique pour les nerfs peut être décidé. Chez la plupart des gens, les symptômes finissent par s'atténuer avec le temps, mais il arrive parfois que des dommages persistent.

### NOS CONSEILS

- Soyez prudent avec les objets tranchants, chauds ou froids si vos doigts sont engourdis. Ne marchez pas pieds nus.
- Vérifiez régulièrement s'il n'y a pas de coupures ou d'autres lésions sur vos pieds. Les personnes atteintes de neuropathie sont à risque d'infections.
- Si votre force musculaire ou votre équilibre sont affectés, déplacez-vous lentement et servez-vous des rampes quand vous montez ou descendez les escaliers. Assurez-vous que toutes les pièces soient bien éclairées. Enlevez les objets qui pourraient vous faire trébucher ou tomber.
- Prévenez l'exposition au froid de vos extrémités. Portez des gants et des bas lorsqu'il fait froid. Assurez-vous que l'eau avec laquelle vous entrez en contact n'est pas trop chaude. Vous pouvez en évaluer la température avec votre coude.
- Rééducation, kinésithérapie, massothérapie, acupuncture, physiothérapie ou ergothérapie peuvent vous aider à garder vos muscles forts et à améliorer votre coordination et votre équilibre.
- Prévoyez une alimentation bien équilibrée riche en vitamines et en antioxydants et consommez une grande quantité de liquides.
- Faites des exercices de relaxation. Devoir faire face à la neuropathie périphérique peut engendrer de la colère, de la tristesse et de la frustration. Le temps et la patience sont alors nécessaires.