

## Ultraviolet-B lichtbehandeling UV-B Therapie

### INLEIDING

In deze folder informeren wij u over lichttherapie met ultraviolet-B (UV-B) licht. Wat is het, wanneer wordt het toegepast, hoe verloopt de behandeling en wat zijn de bijwerkingen.

### WAT IS LICHTTHERAPIE?

Lichttherapie wordt onder andere gegeven aan mensen die last hebben van bepaalde huidaandoeningen, zoals psoriasis, eczeem, jeuk en zonneallergie. Lichttherapie wordt gegeven met behulp van ultraviolet (UV) licht. Natuurlijk zonlicht heeft namelijk een gunstig effect op sommige huidziekten. Dit effect ontstaat vooral door een bepaald deel van het zonlicht: het UV-licht. Dit licht kunnen we onderverdelen in het kortgolvlige UV-B en het langgolvlige UV-A licht.

Bij een lichtbehandeling kiezen we meestal voor UV-B licht. Dit is het deel van het zonlicht dat ook gemakkelijk zonnebrand kan veroorzaken. Om dit te vermijden, stellen we de belichtingstijd zeer nauwkeurig in en voeren deze langzaam op.

UV-A licht wordt gebruikt in zonnebanken om te bruinen. Als therapie is dit minder geschikt. Het effect ervan kan wel verhoogd worden door de huid eerst gevoelig te maken met bepaalde medicijnen (psoralenen). Dit zijn capsules die ingenomen kunnen worden (de zogenaamde PUVA-behandeling).

De PUVA-behandeling geven we meestal pas als de UV-B-behandeling niet het gewenste resultaat oplevert. Hoe licht werkt als therapie is niet precies bekend. Het heeft in ieder geval een ontstekingsremmende werking.

### DE BEHANDELING

#### Vóór de behandeling

Douchen vóór de behandeling is geen bezwaar. Het is verstandig om thuis eventuele schilferende droge plekken in te smeren met vaseline / lanette crème, dit komt de behandeling ten goede. U krijgt hiervoor een recept van ons.

U mag tijdens de lichtbehandeling geen antizonnebrandcrème gebruiken.

#### Tijdens de behandeling

De behandeling vindt plaats in een speciale belichtingscabine. U scheurt 2 stukken papier af van de papierrol, waarvan u er één in de kleedruimte en één in de lichtcabine neerlegt. U moet zich vervolgens geheel ontkleden. Ter bescherming van de ogen krijgt u een speciaal brilletje. U drukt vervolgens op "de bel voor assistentie", zodat de assistente de cabine kan instellen.

U gaat in het midden van de cabine staan. We beginnen met een zeer korte belichtingstijd (seconden). Gedurende de behandeling wordt deze tijd opgevoerd tot maximaal zo'n vijftien minuten. De behandeling wordt meestal drie keer per week gegeven. Na de belichting gooit u de stukken papier in de afvalbak.

#### Na de behandeling

De huid kan door de UV-B behandeling droger worden. Het is belangrijk de huid met een neutrale zalf in te smeren. U kunt hiervoor de vaseline / lanette crème gebruiken.

Op de dag van de behandeling moet u zoveel mogelijk zonlicht vermijden om verbrandingsreacties te voorkomen. Gedurende de gehele behandeling raden wij het gebruik van zonnebank en hoogtezoon af. Eventueel kunt u na overleg met uw dermatoloog of zijn/haar assistent de huid in het weekeinde met mate blootstellen aan de zon.

#### Behandelingsduur

De duur van de behandeling is van tevoren niet precies aan te geven. Deze hangt af van de ernst en uitgebreidheid van de huidziekte en de mate van vooruitgang tijdens de behandeling. Vaak is het nodig enkele weken af te wachten voor het effect van de behandeling merkbaar wordt. Een behandelingsduur van 8 à 10 weken is heel gebruikelijk.

### BIJWERKINGEN

De belangrijkste bijwerking van lichttherapie is verbranding. Vooral bij een blonde of rossige huid moet de belichting zorgvuldig gedoseerd worden. Sommige medicijnen kunnen ook de gevoeligheid voor de belichting beïnvloeden, zoals antibiotica en plastabletten. Als u medicijnen gebruikt, is het belangrijk de arts en/of assistente hierover te informeren.

Ernstige verbranding is gelukkig zeldzaam en treedt onder normale omstandigheden niet op. Als u op de avond van de lichttherapie lichte verbrandingsverschijnselen (zonnebrand) hebt, meldt u dit dan bij uw volgende bezoek. Als u ernstige verschijnselen of blaren hebt, moet u zo spoedig mogelijk contact opnemen met uw dermatoloog.

Het risico op het krijgen van huidkanker door de lichttherapie is slechts zeer gering en in het algemeen aanvaardbaar. De hoeveelheid zonlicht die u in het verleden gehad hebt en uw huidtype spelen hierbij ook een rol. Dit moet per individu bekeken worden.

De gezichtshuid is relatief gevoelig voor verbranding, zodat het soms wenselijk is deze geheel af te dekken gedurende de behandeling. Als we dit doen, dan moet dit iedere keer op dezelfde manier gebeuren.

### ONDERBREKEN VAN DE LICHTTHERAPIE

Door ziekte of vakantie kan het soms nodig zijn de behandeling tijdelijk te onderbreken. Als vuistregel geldt dat bij iedere onderbreking van 10 dagen de dosering van de lichttherapie met factor 2 verminderd moet worden. Dit betekent dat de behandeling wordt voortgezet bij de helft van de laatste belichtingstijd. Bij een onderbreking van 20 dagen betekent dit dus een vermindering met de factor 4.

### TOT SLOT

De belichtingstherapie wordt volgens afspraak uitgevoerd. Wij stellen het zeer op prijs dat u op tijd in de polikliniek aanwezig bent. Als u verhinderd bent, horen wij dat graag bijtijds.

### VRAGEN?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek dermatologie, telefoon 020 - 512 5104.