



## Lichttherapie met UVB licht

### Inleiding

U bent door uw dermatoloog verwezen voor ultraviolet-B (UVB) lichttherapie. Lichttherapie wordt geadviseerd bij huidaandoeningen zoals psoriasis, eczeem en jeuk, waarbij behandeling met zalven onvoldoende effect heeft. Onderzoek heeft bewezen dat zonlicht een gunstig effect kan hebben op bovengenoemde huidziekten. Daarom kan UVB licht gebruikt worden als behandelmethode.

### Vóór de behandeling

In sommige gevallen wordt er een lichttest bij u verricht voordat u met de UVB therapie start. Hiermee wordt de gevoeligheid van de huid voor UVB licht onderzocht en kan bepaald worden met welke dosis UVB licht u gaat starten. De test wordt meestal verricht op de huid van de billen. Het gehele lichaam moet bedekt zijn, met uitzondering van één bil.

U draagt hierbij het volgende:

- UV beschermbrilletje (deze wordt door het UMCG verstrekt), ook wordt uw hoofd met een doek bedekt.
- Kleding met lange mouwen.
- Handschoenen (deze worden door het UMCG verstrekt).
- Sokken of kousen.
- Soort rok met een uitsparing, de uitsparing komt op de onbedekte bil (deze worden door het UMCG verstrekt).
- Een viltje met zes uitsparingen/ testvelden wordt op de onbedekte bil geplakt. Deze testvelden worden gemarkeerd met een viltstift en de markeringen mogen pas na de beoordeling (24 uur later) weer worden afgewassen. Vervolgens wordt u belicht in de lichtcabine. Het eerste testveld wordt belicht met een lage intensiteit (sterkte), het zesde testveld met de hoogste intensiteit, terwijl er na iedere belichting een testveld afgeplakt wordt (vijf keer).

De volgende dag, 24 uur na de belichting, heeft u weer een afspraak om de test te laten beoordelen. U begint dan ook met de eerste lichttherapie behandeling.

### Belangrijk vóór elke belichting

Een aantal stoffen kan in combinatie met lichttherapie een vervelende verbrandingsreactie geven van de huid. Gebruik daarom geen crème of zalf vóór de belichting!

Vermijd zonlicht op de dag van de behandeling. Bij eventuele verbranding van de huid is het dan duidelijk dat de verbranding van de belichting komt.

## De behandeling

De behandeling vindt plaats in een speciale belichtingscabine. U staat geheel ontkleed in deze cabine. Ter bescherming van uw ogen kunt u gebruik maken van een speciaal beschermbrilletje.

U staat bij iedere behandeling zoveel mogelijk in het midden van de cabine en neemt steeds dezelfde houding aan.

U kunt de cabine verlaten door de deur van binnenuit open te duwen. De lampen gaan dan vanzelf uit. Ook is er een verpleegkundige/doktersassistente aanwezig die u tijdens de belichting kunt waarschuwen.

## Afdekken lichaamsdelen

Onder bepaalde omstandigheden kan het verstandig zijn bepaalde lichaamsdelen (zoals handen en hoofd) af te dekken. Zie er zelf bij iedere behandeling op toe dat de huid op dezelfde wijze wordt afgedekt. Bij mannen worden de geslachtsdelen afgedekt met een washand of een tangaslip.

## Na de behandeling

Door de belichting wordt de huid vaak wat droger, schraal en soms zelfs een beetje pijnlijk. Wij raden u daarom aan uw huid na de behandeling in te vetten. U kunt de verpleegkundige/doktersassistente om advies vragen voor een geschikte crème of zalf en zo nodig een recept krijgen. Het is normaal dat u enkele uren tot een dag na de belichting het gevoel heeft dat u een beetje bent verbrand. Als dit langer dan 24 uur aanhoudt, kunt u dit doorgeven aan de verpleegkundige/doktersassistente. Het tijdschema voor de belichting zal dan worden aangepast of u krijgt van de arts een zalf om de verbranding te onderdrukken.

## Belangrijk

Medicijngebruik heeft in het algemeen geen invloed op de behandeling. Toch kunnen sommige medicijnen de gevoeligheid van de huid voor licht beïnvloeden. Meld daarom altijd medicijngebruik en/of verandering van medicijnen aan de verpleegkundige.

## Bijwerkingen

Tijdens de lichttherapie bestaat de kans op verbranding. De intensiteit van de cabine wordt aangepast op uw huidtype. Toch kan het voorkomen dat de huid verbrand met roodheid en vervelling als gevolg, wat overeenkomt met een zonverbranding. Dit kan gebeuren als de lichtcabine te hoog is ingesteld, of als uw huid door de huidziekte extra gevoelig is. De belichtingstijd kan bij roodheid van de huid worden aangepast of er wordt een belichting overgeslagen. Het is wel de bedoeling dat de belichting tijdens een kuur steeds verder wordt opgehoogd, om de optimale effectiviteit te bereiken.

Naast deze kortetermijneffecten (zonverbranding), zijn er langetermijneffecten. Net als voor de gewone zon geldt dat een te hoge blootstelling aan UVB licht niet goed is. Hierdoor kan DNA-schade ontstaan in de huidcellen. De belangrijkste effecten die hierdoor ontstaan, zijn huidveroudering en een verhoogde kans op het ontstaan van huidkanker. Om deze reden wordt het maximaal aantal UVB behandelingen beperkt tot +/- 30 behandelingen aaneensluitend.

## Afspraken

Zo lang het nodig is (meestal acht tot tien weken lang), vindt de behandeling twee à drie maal per week plaats op vaste tijden. De behandeling moet in principe ononderbroken worden toegepast. Het is in uw eigen belang dat u de gemaakte afspraken nakomt. Bij onderbreking van meer dan 30

dagen moet weer opnieuw met de therapie worden begonnen.

Het is erg belangrijk voor onze planning dat u laat weten wanneer een afspraak niet door kan gaan. U kunt ons bereiken onder telefoonnummer (050) 361 80 25. Als er bijzonderheden zijn of als u vragen heeft, kunt u deze bespreken met de verpleegkundige/doktersassistente. Deze informeert de arts en zo nodig krijgt u eerder een afspraak.

U kunt de afdeling Dermatologie (D1) bereiken via de ingang Fonteinstraat 15. Daar gaat u naar de eerste verdieping en volgt de bordjes Dermatologie.

## **Vragen**

Als u nog vragen heeft over de lichttherapie, dan kunt u die altijd bij de volgende behandeling stellen aan de verpleegkundige/ doktersassistente of u kunt bellen met (050) 361 80 25.