

Lichttherapie

Zonlicht kan een gunstige werking hebben op verschillende huidziekten, zoals psoriasis of eczeem. Voor de behandeling van deze aandoeningen bestaat een therapie die de zon nabootst: lichttherapie. Voor de lichttherapie maken wij gebruik van lampen die ultraviolet (UV)A- of UVB-licht uitstralen.

Voorbereiding

Intakegesprek

Voordat u start met de behandeling heeft u een intakegesprek bij de arts op de poli die u verwijst voor de lichttherapie. De verpleegkundige legt u uit hoe de behandeling verloopt en waarop u moet letten.

Belangrijk

- Vanaf de eerste belichting tot de laatste belichting mag u niet extra zonnebaden (thuis of op het strand). Op de belichtingsdagen moet u zonlicht vermijden. Op de overige dagen kunt u beperkt in de zon. U mag geen gebruik maken van de zonnebank, ook niet van de zogenaamde 'medisch verantwoorde' zonnebank.
- U mag geen parfum, eau de toilette, aftershave of iets dergelijks op hebben in de lichtcabine, in verband met de kans op een allergische reactie.
- Als u daar gevoelig voor bent, kan lichttherapie – net zoals zonlicht – een koortslip opwekken. U mag tijdens de belichtingen gebruik maken van een UV-werende lippenbalsem.
- Tijdens de behandeling gebruikt u alleen de door uw dermatoloog voorgeschreven crèmes of zalven. Omdat tijdens lichttherapie gemakkelijk een droge huid ontstaat, kan de onderhoudszalf vrijuit gebruikt worden. Indien u geen onderhoudszalf heeft, dan kunt u hiervoor van de arts een recept krijgen.
- De door u te gebruiken crèmes en/of zalven mogen niet binnen één uur voor aanvang van de lichttherapiesessie gesmeerd worden.
- U kunt de behandeling niet langdurig onderbreken. Indien dit toch gebeurt, moeten de belichtingen weer langzaam worden opgebouwd.
- Te veel lichttherapie kan op langere termijn een versnelde veroudering van de huid en een vergrote kans op huidkanker geven, net zoals de zon dit doet. Daarom wordt er meestal maar één lichttherapiekuur per jaar gegeven. Om u een idee te geven: een lichttherapiekuur van tien weken komt overeen met één week zonvakantie in Spanje.
- Tijdens de lichttherapiebehandeling wordt u iedere vier tot zes weken begeleid door de arts van de Lichttherapie.

Wat neemt u mee?

- Een overzicht van de zalven en medicijnen die u gebruikt, ook van medicatie die is voorgeschreven door andere artsen.
- Voor uw persoonlijke hygiëne adviseren wij u (bad)slippers mee te brengen.



UVB-therapie

UVB-therapie bestaat uit belichting van de huid met UVB-licht. U wordt behandeld met smalspectrum UVB-licht. Hierbij wordt het meest werkzame gedeelte van het UVB-spectrum gebruikt: 311 nanometer. Het gedeelte dat de oorzaak is van verbranding en roodheid is grotendeels weggefilterd. De UVB-therapie kan ook tijdens de zwangerschap plaatsvinden.

Duur van de behandeling

Gedurende ongeveer 10 weken komt u 2 keer per week naar de lichttherapie voor een behandeling. Wordt u behandeld voor vitiligo, dan komt u gedurende maximaal 1 jaar 2 keer per week (op dinsdag en vrijdag) voor een behandeling.

Hoe verloopt de behandeling

De lichtcabine lijkt wat op een douchecabine waarin rondom lampen zijn aangebracht.

- Voor de behandeling ontkleedt u zich geheel (ook sieraden afdoen).
- Mannen dienen ter bescherming van de geslachtsdelen een donkergekleurde string of sok te dragen.
- U beschermt uw ogen met een speciale bril (die krijgt u van ons) en u sluit uw ogen tijdens de belichting.
- Tijdens de belichting staat u rechtop in de cabine.
- De belichtingstijd varieert van enkele seconden tot enkele minuten per keer.

Na de behandeling

Een paar uur na de UVB-behandeling kan roodheid van de huid ontstaan die lijkt op zonnebrand. Een lichte plaatselijke roodheid is niet altijd te vermijden. Het kan dus zijn dat u het de avond na de belichting wat warmer heeft en de huid wat branderig aanvoelt. Dit is normaal. De volgende dag moet de roodheid en de branderigheid weer zijn verdwenen. Houdt de roodheid of branderigheid langer aan, vertelt u dat dan voor de volgende belichting aan de verpleegkundige. Soms ontstaat in het begin van de behandeling wat jeuk. Een bestaande jeuk kan erger worden.

PUVA-therapie (Psoraleen + UVA)

PUVA-therapie bestaat uit het innemen van psoraleen tabletten in combinatie met belichting van de huid met UVA-licht. Op zichzelf geeft UVA-licht onvoldoende verbetering van huidziekten. De huid moet eerst gevoeliger gemaakt worden voor UVA door inname van een medicament: psoraleen. Psoraleen, dat van plantaardige afkomst is, bereikt via de darmen het bloed en komt zo in de huid terecht. Anderhalf uur na het innemen van het psoraleen is de gevoeligheid van de huid voor UVA het grootst. Op dat moment kan de belichting het beste plaatsvinden.

Duur van de behandeling

Gedurende ongeveer 10 weken komt u 2 keer per week (op dinsdag en vrijdag) maar de Lichttherapie voor een behandeling.



Hoe verloopt de behandeling

De lichtcabine lijkt wat op een douchecabine waarin rondom lampen zijn aangebracht.

- Voor de behandeling ontkleedt u zich geheel (ook sieraden afdoen).
- Mannen dienen ter bescherming van de geslachtsdelen een donkergekleurde string of sok te dragen.
- U beschermt uw ogen met een speciale bril (die krijgt u van ons) en u sluit uw ogen tijdens de belichting.
- Tijdens de belichting staat u rechtop in de cabine.
- De belichtingstijd varieert van enkele minuten tot maximaal 20 minuten per keer.

Aandachtspunten bij psoraleentabletten

- Tijdens het intakegesprek ontvangt u van de arts een recept voor deze tabletten.
- U haalt de medicijnen op bij de poliklinische apotheek van het ziekenhuis.
- Het is belangrijk dat u de psoraleentabletten precies anderhalf uur voor aanvang van de therapie inneemt.
- Psoraleentabletten kunnen misselijkheid, hoofdpijn, duizeligheid en vermoeidheid veroorzaken. Misselijkheid kunt u verminderen door de tabletten in te nemen met vast voedsel of melk.
- Op de dagen dat u psoraleen heeft ingenomen, zijn uw ogen overgevoelig voor licht. Deze overgevoeligheid begint vrij snel na inname van het psoraleen en duurt tot ongeveer 24 uur na inname. Belangrijk: u moet daarom direct na inname van het psoraleen een bril dragen die het UVA-licht tegenhoudt. Het resterende deel van de dag moet u deze bril steeds buitenshuis dragen tot zonsondergang. Binnenshuis draagt u de bril alleen als u binnen twee meter van een venster bent.
- De bril die u draagt nadat u de psoraleentabletten hebt ingenomen, moet vóór aanvang van de lichttherapie worden doorgemeten. Dit doet de lichttherapie-assistente.
- Over de effecten van psoraleen op het ongeboren kind is nog weinig bekend.
- Vrouwen mogen gedurende de PUVA-behandeling niet zwanger worden.
- Mannen mogen gedurende de behandeling met PUVA geen kinderen verwekken.
- Gedurende de hele PUVA-behandeling adviseren wij u om niet meer dan 1 alcohol consumptie per dag te gebruiken.

Na de behandeling

Een paar uur na de PUVA-behandeling kan roodheid van de huid ontstaan die lijkt op zonnebrand. Een lichte plaatselijke roodheid is niet altijd te vermijden. Het kan dus zijn dat u het de avond na de belichting wat warmer heeft en de huid wat branderig aanvoelt. Dit is normaal. De volgende dag moet de roodheid en de branderigheid weer zijn verdwenen. Houdt de roodheid of branderigheid langer aan, vertelt u dat dan voor de volgende belichting aan de verpleegkundige. Soms ontstaat in het begin van de behandeling wat jeuk. Een bestaande jeuk kan erger worden.

Behandeling van handen en/of voeten

Als de aandoening alleen op de handen of voeten voorkomt, kunnen we die apart behandelen. Daarvoor zijn verschillende mogelijkheden. De behandelingen kunnen allemaal worden gecombineerd met speciale, door de arts voorgeschreven zalven.



UVB-licht of een combinatie van UVA- en UVB-licht

Bij deze behandeling wordt u 2 keer per week, op dinsdag en vrijdag, belicht op de Lichttherapie. De behandeling duurt in het begin ongeveer een halve minuut en wordt opgebouwd tot ongeveer 10 minuten.

Topicale PUVA-therapie

Bij deze therapie maken we de huid gevoelig voor UVA. Dit doen we door het aangedane gebied van de huid gedurende 20 minuten in een badje te dompelen met water waarin psoraleen vloeistof is opgelost, of door de handen en voeten in te smeren met een psoraleencrème en dit 20 minuten in te laten trekken. U hoeft voor deze behandeling dus geen tabletten te slikken en u heeft ook geen last van de genoemde bijwerkingen van psoraleen. U hoeft geen bril te dragen. De belichting vindt 2 keer per week, op dinsdag en vrijdag, plaats op de Lichttherapie.

PUVA-therapie

Voor deze behandeling moet u psoraleentabletten slikken. Voor aandachtspunten verwijzen we u naar het kopje "PUVA-therapie" hierboven. Belangrijk is dat u de medicatie op tijd inneemt: 1,5 uur voordat u wordt belicht. De behandeling vindt 2 keer per week plaats, op dinsdag en vrijdag, op de Lichttherapie.

Contact

Heeft u nog vragen, belt u dan de Lichttherapie op telefoonnummer (010) 703 58 75 of (010) 704 01 10. We zijn bereikbaar op dinsdag en vrijdag van 8.00 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 16.00 uur. Vragen kunt u ook per mail stellen. Het mailadres is dagbehandeling.derma@erasmusmc.nl



