



LICHTTHERAPIE

Lichttherapie wordt toegepast in de dermatologie voor de behandeling van huidaandoeningen zoals eczeem, psoriasis en jeuk. Op deze huidziekten heeft licht meestal een zeer goed effect en het wordt door de patiënten goed verdragen. Bij lichttherapie wordt gebruikgemaakt van ultraviolet-lichtstralen.

Ultraviolet (UV) licht is onderdeel van het gewone zonlicht en heeft niets te maken met röntgenstralen ('bestraling')! Het UV-licht is weer onderverdeeld in drie soorten: UVA, UVB en UVC. UVC is gevaarlijk en komt op aarde vrijwel niet voor, omdat het door de ozonlaag om de aarde wordt weggefilterd. Lichttherapie maakt gebruik van UVA- of UVB-licht.

Duur van de behandeling

De belichtingen vinden twee of drie keer per week plaats, afhankelijk van onder andere de aandoening en het soort belichting. De gehele behandeling duurt tussen de acht en zestien weken, afhankelijk van het resultaat.

De belichtingstijden worden elke keer dat u komt iets langer (opbouwschema). Zeker in de beginfase mag u daarom geen belichting missen. Houdt u dus rekening met vakanties en dergelijke. In principe krijgt u gedurende de kuur een vast behandelingsstip, zodat u er gemakkelijk rekening mee kunt houden in uw planning.

Voor de behandeling

Medicijngebruik

Sommige medicijnen kunnen overgevoeligheidsreacties geven bij gelijktijdige blootstelling aan UV-stralen. De arts vraagt van tevoren naar uw medicijngebruik. Als u tijdens de lichttherapie nieuwe medicijnen krijgt, zoals een antibioticumkuur, meldt u dit dan direct bij de assistente.

Dit geldt uiteraard ook voor alternatieve middelen, vitaminepreparaten enzovoorts. Ook over het gebruik van zalven en crèmes moet u overleggen met de arts of de assistente.

Ziekte

Bij plotselinge ziekte is het soms beter om (tijdelijk) niet te belichten. Belt u tijdig even met de assistente voor overleg?

Zwangerschap en borstvoeding

Bij zwangerschap en borstvoeding kan UVB wel worden toegepast, maar PUVA niet. Meldt dus ook een zwangerschapswens altijd bij de arts of assistente.

Hygiëne

De belichtingsruimte wordt iedere dag helemaal schoongemaakt. Verder is er een speciaal luchtverversingssysteem in de ruimte aanwezig. De delen van de lichtcabine waarmee u in contact komt, worden na elke belichting gereinigd. U krijgt elke keer een schoon doekje om op te staan. Eventueel kunt u zelf slippers meenemen voor in de kleedruimte.

Brilletje

Omdat de ogen extra kwetsbaar zijn, moeten deze tegen de UV-stralen beschermd worden. Het dichtknippen van de ogen geeft onvoldoende bescherming. Iedereen krijgt daarom aan het begin van de behandeling een eigen brilletje.

Het brilletje moet u elke keer zelf meenemen. Zonder brilletje kan niet belicht worden!

Koortslip

Zonlicht en dus ook UV-stralen kunnen een koortslip uitlokken. Houdt u daarmee rekening als u hier gevoelig voor bent. Overleg met de arts of assistent over eventuele beschermingsmaatregelen.

Zonder bericht

Het tweemaal zonder bericht niet op een afspraak komen, houdt automatisch in dat uw behandelingsplaats aan iemand anders wordt toegewezen.

Behandeling met UVA (PUVA)

UVA is dat gedeelte van het zonlicht waarvan u bruin wordt. Dit licht wordt ook gebruikt bij zonnebanken en dergelijke. Onder normale omstandigheden hebben de UVA-stralen bij de meeste ziektebeelden weinig of geen effect.

Bij lichttherapie met UVA krijgt u echter van tevoren een medicinale gel op de huid gesmeerd, waardoor uw huid gevoeliger wordt voor UVA. Dit medicament is een psoraleen, vandaar de naam PUVA (psoraleen en UVA) voor deze therapie. Na de behandeling wordt de gel weer afgewassen.

Indien u zwanger bent of borstvoeding geeft, mag deze gel niet worden toegepast. Overigens zijn UVA-stralen zelf niet gevaarlijk in die situatie. PUVA wordt bij ons alleen toegepast voor de behandeling van huidaandoeningen aan handen en/of voeten. De belichtingen vinden gewoonlijk twee keer per week plaats.

Behandeling met UVB

UVB wordt het meest gebruikt, vooral voor belichting van het gehele lichaam. Er worden zogenaamde TL-01 lampen gebruikt. UVB heeft een heel sterk effect op de huid; het is dat deel van het zonlicht dat zonnebrand veroorzaakt. Daarom wordt bij UVB meestal met een zeer korte belichtingstijd begonnen (ongeveer dertig seconden).

De optimale belichtingstijd is er een waarbij u net niet verbrandt. Gedurende de behandeling wordt de belichtingstijd steeds wat langer. De maximale belichtingsduur is meestal niet meer dan acht minuten. Bij UVB-therapie hoeft u geen medicijnen te gebruiken. De UVB-belichtingen vinden gewoonlijk drie keer per week plaats.

Bij totale lichaamsbehandeling met UVB staat u in een cabine met verticale lichtbuizen. De assistente stelt de tijd in en na afloop gaan de lampen vanzelf uit. U kunt zo nodig, te allen tijde, de deur zelf openen. Bij deelbelichting van handen en voeten worden deze in een kleine lichtbak geplaatst.

Bijverschijnselen

Een groot voordeel van de therapie is dat er vrijwel geen bijverschijnselen zijn. UV-stralen, vooral UVB, kunnen wel 'zonnebrand' veroorzaken. De belichtingen vinden zodanig plaats dat u net niet verbrandt. U kunt zich echter soms wel wat 'verbrand' voelen. Meld dit bij de assistente. Meestal is dit normaal. Soms moet echter het belichtingsschema aangepast worden. Omdat u maximaal wordt belicht, moet u zich de rest van de dag niet meer onbeschermd blootstellen aan zonlicht. Dit geldt natuurlijk vooral in de zomermaanden; in de winter speelt dit praktisch niet.

Draag na de belichting kleding over de belichte huid en gebruik een goed anti-zonnebrandmiddel. Vergeet vooral de handen en de oren niet. UV-stralen versnellen het verouderingsproces van de huid

en kunnen schade veroorzaken aan de huid. Meestal kan deze schade goed hersteld worden door het eigen lichaam.

Bij veelvuldige en langdurige blootstelling aan UV-stralen, zowel die in gewoon zonlicht als die bij onze belichtingen, bestaat er een verhoogd risico op het ontwikkelen van een kwaadaardige huidandoening op de lange termijn (na vele jaren). Bij voorkeur wordt daarom niet meer dan één kuur per jaar gegeven.

Vragen

De informatie over lichttherapie is bedoeld als aanvulling op het gesprek met de arts. De algemene aard van de informatie kan niet altijd recht doen aan iedere individuele situatie.

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stel die dan gerust aan de arts of verpleegkundige. Of bel met de polikliniek Dermatologie.

Contactinformatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de afdeling Dermatologie:

Locatie Jan van Goyenkade
Jan van Goyenkade 1
1075 HN Amsterdam
020 – 305 58 45

We zijn bereikbaar op werkdagen tussen 08.30 en 16.30 uur.