

## Lichttherapie

Zonlicht kan een gunstige uitwerking hebben op verschillende huidziekten, zoals psoriasis en eczeem. Voor de behandeling van deze aandoeningen wordt daarom een therapie gebruikt, die als het ware de zon nabootst: de PUVA of UVB-lichttherapie. UVA en UVB zijn bestanddelen van natuurlijk zonlicht. In deze folder vindt u meer algemene informatie over lichttherapie. Heeft u na het lezen nog vragen, dan kunt u deze stellen tijdens het bezoek aan de afdeling lichttherapie.

### Ieder bezoek aan de lichttherapie

We verzoeken u onderstaande zaken bij het eerste bezoek mee te nemen.

- badslippers
- badjas
- handdoek
- mannen dienen een sok mee te nemen

### Belangrijke punten

Vanaf de eerste tot de laatste belichting mag u niet zonnebaden en geen gebruik maken van de zonnebank. De zonnebank, waarbij UVA-lampen zonder psoralen gebruikt wordt, geeft meestal onvoldoende verbetering bij huidziekten. De versnelde veroudering van de huid en de vergrote kans op huidkanker zijn echter wel aanwezig. Wij adviseren u de zonnebank niet te gebruiken, in de periodes dat u geen lichttherapie heeft. Heeft u een koortslip en staat u zonder kap op in de cabine? Dan mag u geen lichttherapie. De lichttherapie moet dan onderbroken worden. U dient dit dan door te geven aan de arts/doktersassistente.

### De behandeling

De behandeling:

- vindt twee tot driemaal per week plaats op de afdeling lichttherapie, waarbij u in een cabine komt te staan, waarin rondom UV-lampen zijn geplaatst;
- duurt enkele seconden en wordt langzaam opgebouwd;
- kan eerst een lichte verergering van uw huidaandoening veroorzaken;
- kan niet langdurig worden onderbroken. Indien dit toch gebeurt, moeten de

belichtingen weer langzaam worden opgebouwd.

Er dient voor de behandeling een strikt tijdsschema te worden aangehouden. Mocht u een afspraak niet kunnen nakomen, belt u dan tijdig af. Het is zeer belangrijk dat u de behandelingen niet, of zo weinig mogelijk onderbreekt, aangezien het resultaat van de therapie anders aanzienlijk vermindert.

Tijdens de belichting is het noodzakelijk dat:

- u de ogen/gezicht beschermt door een speciaal daarvoor bestemde bril/kap te dragen. Deze stelt de afdeling lichttherapie beschikbaar;
- mannen een sok, ter bescherming van de geslachtsdelen om verbranding te voorkomen;
- u alleen de door uw dermatoloog voorgeschreven zalven of crèmes gebruikt.

### Verschillende soorten lichttherapie

Voor de lichttherapie van ons ziekenhuis maken we gebruik van lampen, die UVA of UVB uitstralen. De verschillende soorten lichttherapie worden hieronder besproken.

#### UVB lichttherapie

UVB is dat deel van het licht, dat makkelijk zonnebrand veroorzaakt. Daarom wordt de behandeling met UVB meestal gestart met een korte belichtingstijd. Gedurende de belichtingskuur wordt de belichtingstijd steeds wat langer.

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

### *Smalspectrum UVB (TL01)*

Naast de 'gewone' UVB therapie geven we ook 'smalspectrum UVB licht'. Dit gebeurt door middel van de nieuwere TL-lampen, die het meest werkzame deel van het UVB licht gebruiken. Het deel dat het rood worden en de verbranding van de huid veroorzaakt, is hierbij grotendeels weggefilterd.

Afhankelijk van uw huidandoening zal de arts een keuze maken voor breed- of smalspectrum UVB licht. Deze UVB-lichtbehandelingen kunnen ook tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding plaatsvinden.

### *Fotobalneo therapie*

In sommige gevallen wordt lichttherapie gecombineerd met een zoutbad. Deze combinatiebehandeling wordt fotobalneo therapie genoemd. Na het zoutbad voelt de huid zachter aan en kan de lichttherapie beter zijn werk doen.

### *PUVA / bad PUVA*

Bij lichttherapie met PUVA maken wij gebruik van UVA lampen, waarbij medicijnen moeten worden gebruikt die de huid extra gevoeliger maken voor UVA licht. Deze geneesmiddelen heten psoralenen, vandaar dat de therapie PUVA wordt genoemd (Psoralenen met UVA). Psoralenen bestaan in tablet, capsule, zetpil en vloeibare vorm. Het is ook mogelijk om deze medicijnen toe te voegen aan het badwater (bij bad-PUVA). Nadat u 10 minuten in het bad heeft gelegen, droogt u zich af en gaat u in de lichtcabine. Tot 24 uur na de belichting moet u de huid (die aan het badwater is blootgesteld) beschermen tegen zonlicht door een lange broek en lange mouw t-shirt te dragen.

Bij zwangerschap of het geven van borstvoeding kan deze vorm van lichttherapie niet worden gegeven.

### **Behandeling voor handen en/of voeten**

De handen en/of voeten kunnen apart behandeld worden, wanneer de huidandoening alleen op deze plekken voorkomt. Bij PUVA komen de handen en/of voeten in een badje met psoralenen, waarna UVA lichttherapie plaatsvindt. Het is ook mogelijk om specifieke lichaamsdelen te belichten met onze UVB deelbelichter.

### **Resultaten**

Het aantal benodigde belichtingen per kuur (om een goed resultaat te bereiken), varieert per huidziekte. Verder moet u er rekening mee houden dat iedere persoon anders reageert op de behandeling. Er zijn zeker gevallen waarbij de behandeling niet helpt. In overleg met uw specialist zullen dan andere behandelmethode worden besproken. Aan het eind van de belichtingskuur krijgt u een controleafspraak.

Het feit dat de huidafwijking na een kuur lichttherapie verdwijnt betekent echter niet dat de huid voorgoed genezen is. Integendeel, lichttherapie wordt beschouwd als een symptomatische behandeling en niet als een genezende behandeling. Na een rustperiode van drie tot zes maanden is het heel goed mogelijk dat de huidziekte terugkomt. Het wordt daarom aangeraden om tijdens deze rustperiode de door uw arts voorgeschreven onderhoudstherapie door te gebruiken.

### **Bijwerkingen en nadelen**

Mogelijke bijwerkingen die tijdens een UVB en PUVA-behandeling op korte termijn kunnen optreden zijn: droge huid, jeuk, roodheid/huiduitslag en verbranding.

Een droge huid en jeuk kunnen worden beperkt door een vette (onderhouds)zalf te gebruiken. Indien u geen onderhoudszalf heeft, kunt u een recept vragen aan de

assistente bij de lichtafdeling. Deze zelf nooit voor de belichting aanbrengen. Verder kunnen hoofdpijn, duizeligheid en vermoeidheid optreden bij PUVA. Wanneer de psoralenen (PUVA) in tablet of capsulevorm moet worden ingenomen, kan er misselijkheid optreden.

Teveel lichttherapie kan op langere termijn een versnelde veroudering van de huid en een verhoogde kans op huidkanker geven, net als de zon.

Het risico hierop proberen we zoveel mogelijk te beperken, door grenzen te stellen aan de duur van de behandelkuur en voldoende rustdagen in te stellen tussen de opeenvolgende behandelingen.

Extra zonnebaden of langdurige blootstelling van de huid aan de zon, wordt tijdens lichttherapie dan ook sterk afgeraden.

Als er ongewone plekjes op de huid voorkomen, is het verstandig dit te melden.

### **Wanneer dient u een arts te waarschuwen**

- Als u griep, koorts of koortslip heeft, is het aan te raden om telefonisch contact op te nemen met de afdeling lichttherapie. Uw afspraak zal dan geannuleerd worden.
- Indien u na een behandeling toch verbrand bent, dient u contact op te nemen met de afdeling LICHT. Een verbranding herkent u aan ernstige en pijnlijke roodheid ("enige" roodheid is toegestaan), zwelling en blaarvorming.
- Als u nieuwe medicijnen krijgt voorgeschreven door artsen, dit altijd voor de volgende belichting melden aan de assistente van de lichttherapie. Sommige medicijnen (o.a. antibioticum) gaan namelijk niet goed samen met lichttherapie.

### **Vragen**

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met:

Afdeling LICHT Hengelo:

Telefoonnummer 088 708 4910

Maandag t/m vrijdag: 8.00 – 20.00 uur en zaterdag van 08.00 – 12.00 uur.

De polikliniek dermatologie is tijdens kantoor tijden bereikbaar op:

- Ziekenhuislocatie Hengelo, telefoonnummer 088 708 53 40
- Ziekenhuislocatie Almelo, telefoonnummer 088 708 31 30.

In spoedeisende gevallen kunt u 's avonds en in het weekend contact opnemen met de dienstdoende dermatoloog via de afdeling spoedeisende hulp, telefoonnummer 088 708 78 78.