Lichttherapie

PUVA- en UVA-behandeling

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

albert schweitzer

Inleiding

De dermatoloog heeft u verteld dat u voor uw huidziekte lichttherapie gaat krijgen. In deze folder leest u hier meer over.

Wat is lichttherapie?

Lichttherapie is een behandeling met kunstlicht. Het is bekend dat zonlicht een gunstig effect heeft op bepaalde huidaandoeningen door ultraviolet (UV) straling. Bij lichttherapie wordt er gebruik gemaakt van UVA- of UVB-straling. Beiden komen voor in natuurlijk zonlicht. Met zowel UVA- als UVB-lichttherapie worden ontstekingscellen in de huid geremd bij verschillende huidaandoeningen. UVA-lichttherapie komt dieper in de huid dan UVB-lichttherapie. Welke vorm van lichttherapie u krijgt is afhankelijk van de soort huidaandoening. Lichttherapie wordt al jarenlang gebruikt voor de behandeling van verschillende huidaandoeningen. Het is een effectieve en relatief veilige behandeling.

Beleving
We proberen zo goed mogelijk aan te geven wat u kunt verwachten aan ongemak of pijn als u een behandeling krijgt. Toch beleeft ieder mens dat anders en op zijn eigen manier. Vertel het ons als u ergens tegenop ziet of ongerust bent, dan kunnen we daar nog extra rekening mee houden.

PUVA- en UVA-behandeling

U gaat PUVA of UVA-behandeling krijgen. PUVA (P+UVA) lichttherapie is de combinatie van UVA-lichttherapie met psoralenen (P). Psoralenen maken de huid gevoeliger voor UVA licht. Psoralenen kunnen als tabletten/ capsules gegeven worden. Ook kan het in de vorm van crème, gel of bad-PUVA worden gebruikt.

Als uw dermatoloog psoraleen tabletten voorschrijft moet u deze tabletten 1 uur vóór de PUVA-lichttherapie innemen. Bij bad-PUVA gaat u vóór de PUVA-lichttherapie in een warm bad met psoralenen gedurende 15 minuten. Bad-PUVA geeft minder bijwerkingen dan PUVA met tabeletten.

Bij UVA-lichttherapie zijn er geen psoralenen (medicatie) nodig en zijn de bijwerkingen hierom minder dan bij PUVA.

U krijgt ongeveer 32 behandelingen. Het aantal behandelingen dat u nodig heeft is afhankelijk van de ernst en vorm van uw huidaandoening. De belichtingen vinden twee keer per week plaats. Probeer de behandeling niet of zo weinig mogelijk te onderbreken. Bij langdurig onderbreken moet lichttherapie weer opnieuw opgebouwd worden.

Voorbereiding voor de lichttherapie

- Medicijnen. U heeft aan de dermatoloog verteld welke medicijnen u gebruikt. Als dit tijdens de lichttherapie verandert, wilt u dit dan melden? Sommige medicijnen kunnen namelijk in combinatie met UV-licht bijwerkingen geven.
- Mannen moeten tijdens de behandeling een onderbroek of tangaslip dragen ter bescherming van de geslachtsorganen. Draag elke behandeling dezelfde (hetzelfde model) string of onderbroek. Een sok mag ook. Deze neemt u zelf mee.

- U kunt zelf eventueel badslippers, badjas en douchespullen meenemen. De slippers zijn voor de hygiëne en eventueel voor het uitglijden. Deze mag u in de cabine aanhouden.
- Bij uw eerste afspraak krijgt u van ons een eigen brilletje.
- Handdoeken hoeft u niet mee te nemen. Deze krijgt u van ons op de afdeling.

Aandachtspunten

- **Alcohol.** De tabletten psoraleen mag u *niet combineren met alcohol*. Een combinatie van beide kan uw lever beschadigen. Gebruik daarom geen alcohol op de dagen van de lichttherapie.
- **Zon**. Op de dagen van de belichting probeert u zoveel mogelijk uit de zon te blijven. U heeft dan een hoge kans op verbranding van uw huid. U mag ook niet onder de zonnebank.
  - Draag beschermende kleding (lange mouwen).
  - Gebruik zonnebrandcrème en beschermende lippenbalsem met hoge beschermingsfactor. Deze gebruikt u pas na de belichting!.
  - Draag een zonnebril.

  UVA gaat ook door glas. Ook achter glas is dus bescherming nodig.
- **Cosmetica.** Voordat u belicht wordt mag u geen producten gebruiken uw huid gevoeliger kunnen maken voor licht. Bijvoorbeeld parfum, eau de toilette, aftershave of cosmetica. Op de belichtingsdagen mag er tot 3 uur voor en uiteraard na de belichting gesmeerd worden met de zogeheten basiscrèmes. Als u gevoelig bent voor een koortslip kunt u een UV-werende lippenbalsem gebruiken.
- **Verzorging.** Tijdens de lichttherapie kan de huid uitdrogen en schilferig worden. Dit kan jeuk veroorzaken. We raden u aan om uw huid na iedere behandeling en eventueel op andere dagen goed in te smeren met een vette zalf of crème.

Lichttherapie wordt meestal gecombineerd met een medicinale zalf. Deze zalf smeert u op de dagen dat u niet belicht wordt.

- **Zwangerschap en borstvoeding.** Het is niet bekend of psoralenen schadelijk zijn voor het ongeboren kind of voor een kind dat borstvoeding krijgt. Daarom adviseren wij vrouwen om tijdens de lichttherapie niet zwanger te worden. Voor mannen is het advies om geen kinderen verwekken.

Behandeling met bad-PUVA

U meldt zich op het afgesproken tijdstip bij de assistent van de lichttherapie. De assistent geeft u uitleg en stelt de cabine in. In de behandelruimte kleedt u zich uit. Daarna gaat u in bad. Hier is het medicijn al aan toegevoegd. Na een kwartier gaat de wekker of krijgt u een seintje.
U komt uit het bad **zonder u af te drogen.** U gaat gelijk naar de lichtcabine. U krijgt uw eigen brilletje op om uw ogen tegen het licht te beschermen. Dit brilletje moet u verplicht dragen, ook als u uw ogen tijdens de lichttherapie dicht houdt. Vervolgens start u de belichting nadat u de deuren gesloten heeft.

De belichting duurt de eerste keer 15-20 seconden. Het wordt per keer verhoogd tot een maximum van ongeveer 5-10 minuten. Een pieptoon geeft aan wanneer de behandeling is afgelopen. U kunt dan de cabine verlaten. U mag douchen in de doucheruimte. Hierna kunt u zich aankleden.

U moet 12 tot 48 uur na het bad uit de zon blijven! Dit is afhankelijk van uw huidtype.

De lichtcabine

PUVA-behandeling met tabletten

- U krijgt een recept voor de tabletten psoraleen van uw dermatoloog. Deze moet u 1 uur voor de behandeling innemen. De tabletten kunt u het beste met een melkproduct innemen. Zo voorkomt u misselijkheid. U mag ze niet op een nuchtere maag innemen. Bij misselijkheid kunt u de tabletten ook in twee keer innemen met een pauze van vijftien minuten. Begint u dan een kwartier eerder met het innemen van de tabletten. De psoraleen komt via het bloed in uw huid terecht.
- PUVA werkt op uw huid, maar ook op uw ogen. Daarom moet u in de lichtcabine een speciale bril dragen die uw ogen beschermt.
- Ook na de behandeling is het belangrijk uw huid en ogen te beschermen tegen zonlicht. Zie bladzijde 3.

Mogelijke bijwerkingen

- Op de dag van behandeling kan uw huid ’s avonds wat rood zijn en warm aanvoelen. Net als bij een lichte verbranding door zonlicht. Dit is niet verontrustend. U kunt ook wat last hebben van jeuk. Mocht de huid niet hersteld zijn na 24 uur, dan meld u dit melden aan de assistent bij de volgende afspraak. De belichtingstijd wordt dan eventueel wat aangepast.
- Uw huidaandoening kan in het begin wat verergeren. Ook dit is niet verontrustend. Tijdens de verdere behandeling verdwijnt dit meestal.
- Langdurige blootstelling van uw huid aan zonlicht veroorzaakt een versnelde veroudering van uw huid. Bijvoorbeeld als u veel buiten werkt, in de tropen heeft gewoond of door zonvakanties. Ook heeft u dan een verhoogde kans op het krijgen van huidkanker. Ook lichttherapie heeft invloed hierop.
- Soms kunnen er donkere of lichte vlekken ontstaan na lichttherapie, op de plekken waar de huidafwijkingen zaten. Deze pigmentvlekken verdwijnen na verloop van tijd..

Afspraken

Na de serie behandelingen heeft u een controle bij de dermatoloog. Er wordt dan gekeken hoe het met uw huid gaat. Er wordt besproken of de behandeling verder gaat, afgebouwd wordt of gestopt. De controles vinden plaats op het spreekuur van de polikliniek Dermatologie.

Wij doen ons best u zoveel mogelijk op tijd te helpen. Wilt u zo vriendelijk zijn om op tijd aanwezig te zijn voor de behandeling?

Als u verhinderd bent, of van de dermatoloog mag stoppen met de behandeling, wilt u ons dit dan zo spoedig mogelijk laten weten? Uw plaats kan dan voor een andere patiënt gebruikt worden.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Wij zijn telefonisch bereikbaar tussen 08.00-12.00 uur en tussen 13.00-16.30 uur op:

- Locatie Dordwijk, polikliniek Dermatologie: maandag en donderdag, tel. (078) 652 33 92,
- Locatie Zwijndrecht, afdeling Lichttherapie: dinsdag en vrijdag, tel. (078) 654 11 82

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest/

Albert Schweitzer ziekenhuis
oktober 2026
pavo 0010