

Ihotaudit

Potilasohje, kk-UVB-hoito

Käytännön ohjeita UVB-hoitoa saavalle potilaalle

Potilasohje, UVB-valohoito

Ultravioletti-B (UVB)-valolla on ihotulehdusta lievittävä vaikutus. Kapeakaista-UVB-hoidossa valon aallonpituus on noin 311 nanometriä ja se on yleisimmin käytetty valohoito muun muassa psoriaasin ja atooppisen ihottuman hoidossa.

Kapeakaista UVB-loisteputkien säteily on hyvin voimakasta ja sen vuoksi hoitoajat ovat lyhyitä, hoidon alkuvaiheessa vain 20–30 sekunnin pituisia. Hoitoaika kasvaa hoidon aikana vähitellen. Hoitoa annetaan tavallisimmin kolme kertaa viikossa ja hoitajaksoon kuuluu yhteensä 15–25 hoitokertaa. Ennen valohoidon aloittamista on hyvä kuoria hilse ihottumaläiskistä esimerkiksi salisyyliivasiinilla. Mahdolliset ihon palamisoireet ovat yleensä voimakkaimmillaan noin vuorokauden kuluttua valotuksen jälkeen. Hoitokaapissa tulee seistä aivan keskellä. Iho palaa helpommin lähellä loisteputkia. Kasvot voidaan suojata valolta koko hoitoajan tai osan ajasta, koska ne saattavat ärtyä muita alueita herkemmin. Hoidon aikana tulee mieluiten olla alasti, jotta koko iho tottuu tasaisesti valohoitoon. Miesten tulee kuitenkin suojata sukuelimensä.

Hoidon aikana iho ruskettuu. Valohoitoja ei ole syytä ottaa kosmeettisessa tarkoituksessa, koska pitkäaikaisessa käytössä ne vanhentavat ihoa ja ihokasvainten riski lisääntyy.

Varotoimet

Koska ultraviolettisäteily voi olla silmille haitallista, silmät suljetaan ja peitetään hoidon ajaksi suojalaseilla. Piilolinssien poistaminen ei ole välttämätöntä.

Kerro lääkärille tai valohoitajalle kaikki lääkkeet – myös satunnaiset, joita käytät. Useat lääkkeet voivat herkistää valolle ja seurauksena saattaa olla ihon palaminen.

• Älä ota aurinkoa hoitopäivinä, jotta ihosi ei saa liikaa valoa. Solariumia ei saa ottaa hoitajakson aikana.

Partavedet, hajuvedet ja deodorantit saattavat valohoidon aikana ärsyttää ihoa. Ehostus tulee poistaa silmämeikkiä lukuun ottamatta, mikäli kasvot valotetaan. Kosmetologin suorittamaa ihon puhdistusta ei saa tehdä hoitopäivänä eikä edellisenä päivänä.

Paikallishoito valohoitojakson aikana

Valohoidon aikana iho kuivuu usein jonkin verran. Tämän vuoksi on hyvä käyttää hoidon jälkeen hajusteetonta kosteusvoidetta tai lääkärin määräämää hoitovoidetta. Perusvoide on levitettävä iholle vähintään 2 tuntia ennen valohoitoa.

Kortisonivoiteita käytetään valohoitojakson aikana normaalisti hoitokuureittain. Kortisonivoide levitetään iholle valohoidon jälkeen.

•Takrolimuusia ja pimekrolimuusia sisältäviä voiteita ei yleensä käytetä valohoitojakson aikana.

Potilasohje / Hyväksytty: 01.12.2021