

## Lichttherapie

*In deze folder informeren wij u over lichttherapie met ultraviolet (UV) licht. Wat is lichttherapie, wanneer wordt het toegepast, hoe verloopt de behandeling en wat zijn de bijwerkingen?*

### Wat is lichttherapie?

Lichttherapie wordt onder andere gegeven aan mensen die last hebben van bepaalde huidaandoeningen zoals psoriasis, eczeem en jeuk.

Lichttherapie wordt gegeven met behulp van ultraviolet (UV) licht. Natuurlijk zonlicht heeft namelijk een gunstig effect op sommige huidziekten. Dit effect ontstaat vooral door een bepaald deel van het zonlicht: het UV-licht. Dit licht kunnen we onderverdelen in het kortgolvlige UVB- en het langgolvlige UVA-licht.

### Werking UVB-licht:

Bij een lichtbehandeling kiezen we meestal voor UVB-licht. Dit is het deel van het zonlicht dat ook gemakkelijk zonnebrand kan veroorzaken. Om dit te vermijden, stellen we de belichtingstijd zeer nauwkeurig in en voeren deze langzaam op.

### Werking UVA-licht:

UVA-licht wordt gebruikt in zonnebanken om te bruinen. Als therapie is dit minder geschikt. Om uw huid gevoeliger te maken voor de werking van het UVA-licht slikt u capsules of er wordt een stof toegevoegd aan het badwater. Dit wordt PUVA-behandeling genoemd (bad-PUVA). Daarna wordt de huid belicht.

Soms zijn alleen de handen en/of voeten aangedaan. Om niet uw hele lichaam aan het UVA-licht bloot te stellen, wordt u plaatselijk behandeld. Zitten er slechts enkele aangedane plekken op de huid, dan worden deze ingesmeerd met gel. Zijn de plekken moeilijk afgrensbaar, dan worden uw handen en/of voeten in een badje gedaan. In het badwater of gel zitten de psoralenen die het effect van de lichtbehandeling verhogen. De inwerktijd bedraagt 15 minuten, waarna uw handen en/of voeten belicht worden. De behandelde lichaamsdelen blijven gedurende enkele uren gevoeliger voor licht. Draag eventueel handschoenen als u naar huis fietst.

De PUVA-behandeling volgt meestal pas als de UVB-behandeling niet het gewenste resultaat oplevert. Hoe licht werkt als therapie is niet precies bekend. Het heeft in ieder geval een ontstekingsremmende werking.

## De behandeling

### Vóór de behandeling

Douchen vóór de behandeling is geen bezwaar. Uw huid hoeft kort voor de behandeling niet met crème ingesmeerd te worden.

### Tijdens de behandeling

De behandeling vindt plaats in een speciale belichtingscabine. U moet zich hiervoor geheel ontkleden. Voor mannen is het belangrijk de geslachtsorganen te bedekken met een tangaslip. Ter bescherming van de ogen krijgt u een speciaal brilletje. U gaat in het midden van de cabine staan. We beginnen met een zeer korte belichtingstijd (seconden). Gedurende de behandeling wordt deze tijd opgevoerd tot maximaal zo'n 15 minuten. De behandeling wordt meestal 2 keer per week gegeven.

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)  
[mijn.meandermc.nl](http://mijn.meandermc.nl)

### Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten  
(Gezondheidscentrum Scala Medica)  
Chopinstraat 2D  
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden  
Medisch Centrum de Mulderij  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

### Postadres:

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

### Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

### KvK Gooi en Eemland:

32082917

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)

### Na de behandeling

De huid kan door de UVB-behandeling droger worden. Het is belangrijk de huid met een neutrale zalf in te smeren. Op de dag van de behandeling moet u zoveel mogelijk zonlicht vermijden om verbrandingsreacties te voorkomen. Gedurende de gehele behandeling raden wij gebruik van zonnebank en hoogtezon af. Eventueel kunt u in overleg met uw dermatoloog of de assistente de huid in het weekeinde met mate blootstellen aan de zon.

### Behandelingsduur

De duur van de behandeling is van tevoren niet precies aan te geven. Deze hangt af van de ernst van de huidziekte en de mate van vooruitgang tijdens de behandeling. Vaak is het nodig enkele weken af te wachten voor het effect van de behandeling merkbaar wordt. Een behandelingsduur van 10 à 12 weken is heel gebruikelijk.

### Bijwerkingen

De belangrijkste bijwerking van lichttherapie is verbranding. Vooral bij een blonde of rossige huid moet de belichting zorgvuldig gedoseerd worden. Sommige medicijnen kunnen ook de gevoeligheid voor de belichting beïnvloeden, zoals antibiotica en plastabletten. Als u medicijnen gebruikt, is het belangrijk de arts en/of assistente hierover te informeren.

Ernstige verbranding is gelukkig zeldzaam en treedt onder normale omstandigheden niet op. Als u op de avond van de lichttherapie lichte verbrandingsverschijnselen (zonnebrand) hebt, meld u dit dan bij uw volgende bezoek. Als u ernstige verschijnselen of blaren hebt, moet u zo spoedig mogelijk contact opnemen met uw dermatoloog.

Het risico op het krijgen van huidkanker door de lichttherapie is slechts zeer gering en over het algemeen aanvaardbaar. De hoeveelheid zonlicht die u in het verleden gehad heeft en uw huidtype spelen hierbij ook een rol. Dit moet per individu bekeken worden. De gezichtshuid is relatief gevoelig voor verbranding, zodat het wenselijk is deze geheel met een plastic kap af te dekken. Is ook de huid in het gezicht aangedaan, dan draagt u alleen het brilletje.

### Onderbreken van de lichttherapie

Door ziekte of vakantie kan het soms nodig zijn de behandeling tijdelijk te onderbreken. Als vuistregel geldt dat bij iedere onderbreking van 10 dagen de dosering van de lichttherapie met factor 2 verminderd moet worden. Dit betekent dat de behandeling wordt voortgezet bij de helft van de laatste belichtingstijd. Bij een onderbreking van 20 dagen betekent dit dus een vermindering met de factor 4.

### Contact

De belichtingstherapie wordt volgens afspraak uitgevoerd. Wij stellen het zeer op prijs dat u op tijd op de polikliniek aanwezig bent. Als u verhinderd bent, horen wij dat graag vroegtijdig. Als u lichttherapie volgt in Amersfoort op de avond, mag u plaatsnemen in de wachtkamer. De assistente haalt u daar op.

Maakt u zich zorgen of heeft u andere problemen als gevolg van het onderzoek/de behandeling, dan kunt u bellen met uw specialist in het ziekenhuis.

- Tot één week na het onderzoek/de behandeling belt u het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.
  - Vraagt u tijdens kantooruren (8.00 - 16.30 uur) naar de polikliniek van het betreffende specialisme.
  - Vraagt u buiten kantooruren (16.30 - 8.00 uur) naar de Spoedeisende Hulp.

Bij problemen meer dan een week na ontslag neemt u eerst contact op met uw huisarts of met de Huisartsenpost, tenzij anders is afgesproken met de specialist.