

# UVB-Lichttherapie

## Wat is lichttherapie?

Lichttherapie is een behandeling met behulp van 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 die een rol spelen in verschillende huidaandoeningen. UVA-lichttherapie reikt dieper in de huid dan UVB-lichttherapie. Welke vorm van lichttherapie u krijgt is afhankelijk van de soort huidaandoening. Lichttherapie wordt al jarenlang toegepast in de behandeling van verschillende huidaandoeningen en is een effectieve en relatief veilige behandeling.

In deze folder zullen we ingaan op UVB-lichttherapie.

## Voor welke huidaandoeningen wordt UVB-lichttherapie toegepast?

UVB-Lichttherapie wordt vaak ingezet voor huidaandoeningen zoals psoriasis, eczeem, lichen planus, zonneallergie, vitiligo en jeuk.

## Hoe wordt UVB-lichttherapie gegeven?

Voor UVB-lichttherapie moet u 2 à 3 keer per week naar het ziekenhuis gaan of wordt er een lichtcabine bij u thuis geplaatst. Tijdens de behandeling moet u in een belichtingscabine staan. In het begin staat u heel kort in de belichtingscabine. Gedurende de behandeling zal de intensiteit van het licht en de belichtingstijd langzaam opgebouwd worden om verbranding te voorkomen. In de belichtingscabine moet u een speciale bril dragen om de ogen te beschermen. De behandeling duurt gemiddeld 12 weken. De arts zal halverwege de lichttherapie behandeling het effect van de behandeling met u evalueren. Als uw huidaandoening alleen op de handen en/of voeten voorkomt, kunnen die delen ook apart belicht worden.

## Welke zalven moet u smeren tijdens lichttherapie?

Tijdens lichttherapie behandeling kan de huid uitdrogen en schilferig worden. Dit kan gepaard gaan met jeukklachten. Hierom is het belangrijk om de huid telkens na de behandeling en eventueel ook op de andere dagen goed in te smeren met een vette zalf.

Lichttherapie wordt meestal gecombineerd met een corticosteroïd zalf. Deze zalf moet u smeren op de dagen dat u niet belicht wordt.

## Wat zijn de bijwerkingen en risico's van UVB-lichttherapie?

Tijdens de belichting of kort erna kunnen er verschillende klachten optreden zoals:

- Roodheid

Na de behandeling kan er lichte roodheid ontstaan. Dit is normaal en trekt vanzelf weg.

- Verbranding (soms met blaren)  
In sommige gevallen kan de huid verbranden. De huid wordt dan heel rood en pijnlijk. In ernstige gevallen kunnen er zelfs blaren ontstaan. Dit kan komen door een te hoge instelling van de lichtcabine voor uw huidtype of doordat u een gevoelige huid heeft. In dergelijke gevallen zal er besloten worden om lichttherapie tijdelijk te staken.
- Droge huid en jeuk  
Dit kunt u voorkomen door de huid na de belichting in te smeren met een vette zalf.
- Pigmentvlekken  
Soms kunnen er donkere vlekken ontstaan na lichttherapie. Deze pigmentvlekken zullen met de tijd spontaan verdwijnen.
- Vroegtijdige huidveroudering  
Door de overmatige blootstelling aan UVB kan vroege huidveroudering optreden.

Op lange termijn kan UVB-lichttherapie leiden tot een verhoogd risico op het ontwikkelen van huidkanker. Daarnaast kan er ook vroegtijdige huidveroudering optreden door de overmatige blootstelling aan UVB. Dit is vaak afhankelijk van de duur en hoeveelheid kuren

## **In welke gevallen zal uw arts voorzichtig zijn met lichttherapie starten?**

Er zijn verschillende redenen waarom uw arts in sommige gevallen voorzichtig zal zijn of zelfs zal afzien van lichttherapie:

- Gebruik van medicijnen die de huid lichtgevoelig maken of uw immuunsysteem onderdrukken
- Meerdere keren huidkanker in het verleden
- Melanoom in het verleden
- Ernstige zonbeschadigde huid
- Veel (onrustige) moedervlekken
- Verhoogde lichtgevoeligheid
- Genetische defecten die leiden tot verhoogde lichtgevoeligheid of verhoogd risico op huidkanker

Afhankelijk van de reden en ernst van uw huidaandoening zal de arts een afweging maken.

## **Waar moet u rekening mee houden tijdens de behandeling?**

- Op de dagen van de belichting moet u zonblootstelling zoveel mogelijk vermijden in verband met een hoge kans op verbranding. U mag ook niet onder de zonnebank. Bescherm de huid met een zonnebrandcrème met hoge beschermingsfactor.
- Probeer de behandeling niet of zo weinig mogelijk te onderbreken. Bij langdurig onderbreken moet lichttherapie weer opnieuw opgebouwd worden.
- Voordat u belicht wordt mag u geen producten gebruiken die de lichtgevoeligheid van de huid kunnen verhogen zoals parfum, eau de toilette, aftershave, cosmetica of koolteer.
- Als u gevoelig bent voor een koortslip kunt u een UV-werende lippenbalsem gebruiken.
- Mannen moeten in de lichtcabine een string of onderbroek dragen ter bescherming van de geslachtsorganen. Draag elke behandeling dezelfde string of onderbroek.

*Deze folder is een uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie. Bij het samenstellen van deze informatie is grote zorgvuldigheid betracht.*

*De Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie wijst desondanks iedere aansprakelijkheid af voor eventuele onjuistheden of andere tekortkomingen in de aangeboden informatie en voor de mogelijke gevolgen daarvan.*