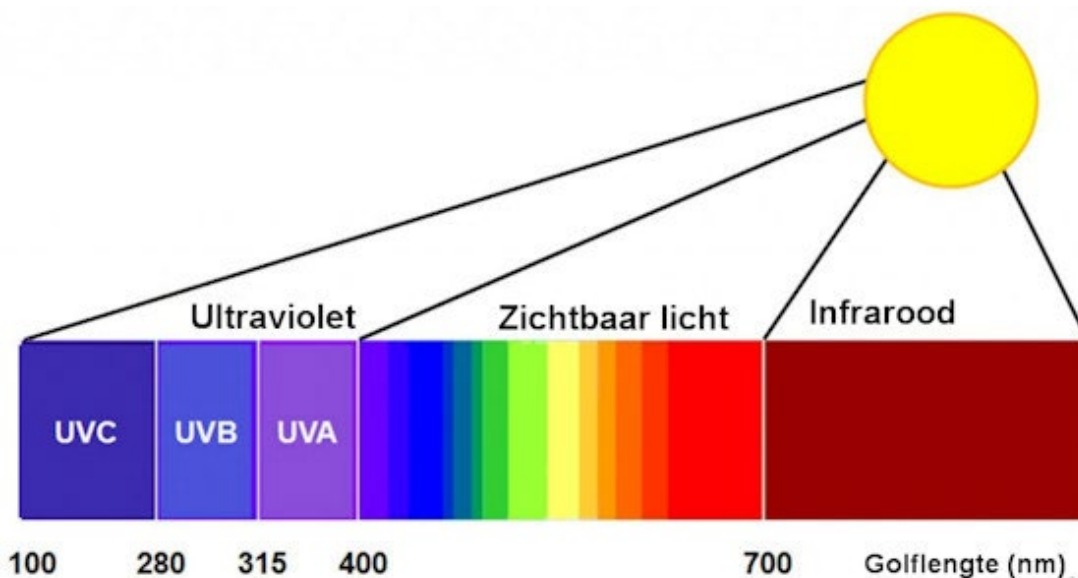

PUVA - FOTOTHERAPIE

WAT IS PUVA FOTOTHERAPIE ?

PUVA (P + UVA) is een afkorting waarbij de **P** staat voor **psoralenen** en **UVA** voor **ultraviolet licht type A**. Het principe van PUVA therapie is dat u vlak voor de behandeling, meestal een uur van tevoren, een tablet of capsule inneemt die psoralenen bevat (ook wel 8-MOP capsules genoemd). Deze psoralenen maken de huid extra gevoelig voor UVA licht, waardoor de therapie beter werkt.

UVA licht is een gedeelte van het natuurlijke zonlicht. De zon zendt allerlei soorten licht en warmte uit, zoals wit licht (zichtbaar licht, daglicht), warmte (infrarood stralen), UVA-licht, waar je bruin van wordt, en UVB-licht, wat zonnebrand kan veroorzaken als je er te lang in staat zonder zonnebrandcrème te gebruiken.



Het zonlicht, vooral het UVB gedeelte en het UVA gedeelte blijkt een genezend effect te hebben op tal van huidziekten. Daarom zijn er in de meeste ziekenhuizen op de afdeling dermatologie verschillende soorten lichtcabines te vinden. Het meest gebruikt worden lichtcabines die **smal-spectrum UVB** uitzenden. Deze kasten bevatten UVB lampen die vooral het genezende deel van UVB uitzenden, het gedeelte waar je van kunt verbranden is er uitgefilterd. Dit zijn hele andere lichtkasten dan gebruikt worden in zonnebank centra om bruin van te worden: die bevatten vooral UVA lampen. UVA-licht wordt ook gebruikt om huidziekten mee te genezen, maar dat werkt alleen als de lampen zeer veel UVA produceren (**high dose UVA-1** kasten) of als de UVA lichttherapie wordt gecombineerd met het slikken van medicijnen (psoralenen) die de huid extra gevoelig maken voor UVA-licht. Deze combinatie van **Psoraleenpillen + UVA** heet **PUVA-therapie**.

HOE WORDT PUVA LICHTTHERAPIE GEGEVEN ?

Tijdens de PUVA therapie staat u in een lichtcabine. Om de huid gevoeliger te maken voor UVA-licht moet u één uur voor de lichtbehandeling het voorgeschreven aantal psoraleentabletten (8-MOP capsules) innemen. Deze capsules blijven 8 uur werkzaam. Het is raadzaam om nadat u de capsules heeft ingenomen uw ogen te beschermen met een zonnebril die UVA-stralen tegenhoudt. UVA-licht is namelijk ook een bestanddeel van zonlicht, TL-licht en TV-straling. Blijf de zonnebril dragen tot de capsules zijn uitgewerkt, dus tot 7 uur na de behandeling.

Afhankelijk van uw huidtype (licht of donker, blond of brunette, makkelijk verbrandend of niet) wordt een belichtingschema bepaald. In het begin staat u heel kort in de kast. Bij ieder volgend bezoek wordt de belichtingstijd langzaam opgehoogd om verbranding te voorkomen. De huid wordt 2-3 keer per week belicht. De duur van de PUVA-kuur is per persoon verschillend maar kan 2-3 maanden bedragen. Om de ogen te beschermen moet tijdens de lichtbehandeling een beschermende bril gedragen worden.



Licht-therapie met UVA licht

Tegenwoordig is het ook mogelijk om thuis lichttherapie te krijgen. Er wordt dan door uw dermatoloog een firma ingeschakeld die een kast thuis komt bezorgen en uitlegt hoe het moet. De kasten zijn niet zo groot en krachtig als in het ziekenhuis, dat betekent dat u er langer in moet staan. Het kan alleen als u er ruimte voor hebt, als u het apparaat goed weet te bedienen, en als uw zorgverzekeraar het vergoed voor de huidziekte die u heeft. Voor standaard psoriasis en atopisch eczeem wordt het meestal wel vergoed, maar voor andere huidziekten soms niet. De voordelen van thuis therapie zijn dat u niet hoeft te reizen, privacy, flexibiliteit. De nadelen zijn langere belichtingstijd, kans op verbranding als het niet goed wordt gedaan, en het gebrek aan controle en begeleiding. Als u de lichttherapie in het ziekenhuis laat doen is er altijd de mogelijkheid om de dermatoloog er bij te halen om de behandeling aan te passen als het niet goed gaat.

BIJ WELKE HUIDAANDOENINGEN KAN PUVA LICHTTHERAPIE WORDEN GEGEVEN?

PUVA lichttherapie wordt bij de volgende huidziekten gebruikt:

- psoriasis
- eczeem
- pityriasis lichenoides
- cutaan T-cel lymfoom en lymphocytic infiltration of the skin
- vitiligo
- lichtallergie (gewenning)
- en andere, zeldzame huidziekten zoals:
 - necrobiosis lipoidica
 - sclerodermie (high dose UVA1)
 - acrodermatitis continua en pustulosis palmoplantaris
 - granuloma annulare disseminata
 - parapsoriasis
 - ziekte van Sneddon Wilkinson

WAT ZIJN DE BIJWERKINGEN ?

Door de UVA behandeling wordt u bruin. De meeste mensen vinden dat geen probleem, soms juist wel fijn. Maar dat geldt niet voor iedereen. Ook als u een gepigmenteerde huid hebt, moet u er rekening mee houden dat deze door de PUVA therapie nog een slag donkerder zal gaan worden.

De tabletten die er standaard bijhoren kunnen misselijkheid veroorzaken. De tabletten belasten vooral de lever, de lever is het orgaan dat deze geneesmiddelen weer moet afbreken. Niet iedereen verdraagt de pillen goed. Zonodig kan de hoeveelheid tabletten worden verlaagd, of kan er een tablet worden bijgegeven tegen misselijkheid.

Tijdens de lichttherapie bestaat er de kans op verbranden. Als het goed is wordt de intensiteit van de kast aangepast op uw huidtype, maar toch kan het wel eens fout gaan, met als gevolg roodheid en vervelling van de huid (zonnebrand). Dit kan gebeuren als de kast te hoog is ingesteld, of als uw huid door de huidziekte extra gevoelig is. Als het te hard gaat, wordt de belichtingstijd aangepast of krijgt u een pauze. Het is wel de bedoeling dat de belichting tijdens een kuur steeds verder wordt opgehoogd.

Naast deze korte termijn effecten (zonverbranding) zijn er lange termijn effecten. Net als voor de gewone zon geldt dat teveel UVA licht niet goed is. De huid kan door de UVA belichting schade oplopen. De belangrijkste effecten van UVA zijn huidveroudering en een verhoogde kans op het ontstaan van huidkanker. Daarnaast kunnen pigmentvlekken ontstaan, een soort sproeten die door het UVA licht worden opgewekt.

PRAKTISCHE ZAKEN

De PUVA-therapie bestaat uit twee, soms drie, lichtbehandelingen per week, gedurende een periode die afhankelijk is van de huidziekte en de reactie van de ziekte op de behandeling. Voor elke behandeling meldt u zich bij de lichttherapie balie. Is daar niemand aanwezig, wilt u dan uw afsprakenkaart op de balie neer leggen en even plaats nemen in de wachtkamer.

Het is verstandig om op de dagen dat u wordt behandeld, thuis eventuele schilferige droge plekken in te smeren met een indifferente zalf. Hierdoor verdwijnen de UVA-licht weerkaatsende schilfers, wat de behandeling ten goede komt. U krijgt van ons een recept voor de zalf. Het insmeren van de plekken moet niet direct voor de lichttherapie gebeuren, i.v.m. een grotere kans op verbranden van de net gezaalde huid. Er moet één uur tussen zitten, langer mag ook.

Gedurende de lichtbehandeling 'in de kast' moet u een speciale bril dragen, die uw ogen beschermt. (Dit is een andere bril dan de zonnebril waarover hierboven gesproken is). Deze 'kast-bril' krijgt u bij aanvang van de therapie en moet u steeds meenemen als u voor behandeling komt.

Probeer in de periode dat u met UVA-licht wordt behandeld niet teveel in de zon te komen. Door de gevoeligheid van uw huid is de kans op verbranden in deze periode groter dan normaal.

Het gebruik van alcohol tijdens de behandelingsperiode is af te raden. De 8-mop capsules bevatten namelijk stoffen die door de lever moeten worden afgebroken, waardoor deze in combinatie met alcoholgebruik te zwaar belast wordt.

Mannen zijn verplicht een string te dragen tijdens de UVA-lichtbehandeling.

In het algemeen is gezinsuitbreiding tijdens de PUVA-behandeling van man of vrouw niet toegestaan. U zult dus voor een doeltreffende anti-conceptie moeten zorgen.

Om verbranden te voorkomen is het verstandig om medicijngebruik en veranderingen daarin te melden. Niet alle zalven en geneesmiddelen gaan goed samen met lichttherapie: er zijn geneesmiddelen die in combinatie met licht een allergische reactie veroorzaken. Daarom moet u altijd goed alle geneesmiddelen die u gebruikt doorgeven aan de arts en van alle zalven vragen of u er door mee mag gaan. Kijk ook in de bijsluiter: als er in staat dat er 'lichtovergevoeligheid' of 'foto-allergische' of 'foto-toxische' reacties kunnen ontstaan dan is er risico op verbranding of huidreacties.

