

Huddoktoren informerer om: LYSBEHANDLING –UVB

oppdatert 08.04.16.

Hva er UVA- og UVB-lys?

Sollyset inneholder både synlig lys og ultrafiolett (UV) lys. Det finnes i dag lysrør som gir *langbølget* ultrafiolett lys (UVA) eller *kortbølget* ultrafiolett lys (UVB), dels med helt spesielle bølgelengder.

UVB-behandling av slik type er medisinsk lysbehandling som gis av hudleger med spesiell kompetanse på dette, det er slike stråler vi gir her. Vanlige solarier inneholder hovedsakelig UVA-lys, som virker mindre effektivt, og gir mer aldringskader (rynker og flekker) i huden.

Hvordan virker behandling med ultrafiolett lys?

UVA og UVB har ulike effekter, og virker på forskjellige nivåer i huden.

Generelt har behandlingen gunstig effekt på hudsykdommer med endringer i immunapparatet i huden.

Hvem får UVB-behandling?

Behandlingen brukes ved en rekke tilstander hvor immunapparatet er medvirkende: eksemtilstander, psoriasis, og flere andre kroniske hudlidelser (vitiligo, kløe).

Hvordan foregår behandlingen?

Behandlingen skjer oftest 2-3 ganger pr. uke, men kan variere avhengig av diagnose, behandlingstype og toleranse for sol. Etter hvert kan hyppigheten reduseres, når tilstanden bedrer seg. Varigheten av hver behandling avgjøres av hvilken behandling som gis, og er vanligvis langsamt økende. Personalet skal stille inn dosen for å sikre korrekt dose og dokumentasjon.

En behandlingsserie varer ofte 8-10 uker, eller lenger. Ofte vil det være ønskelig å kombinere behandlingen med lokalmidler (f.eks. kortisonkremer) de første ukene. Smør kortison **etter lysbehandling, eller på dager du ikke får beh. med UVB, da lyset inaktiverer kortisonet.**

Er forbehandling nødvendig?

Ved psoriasis i håndflater og fotsåler er det gunstigst at det fortykkede flasslaget i huden først er redusert. Bruk gjerne Canoderm eller Locobase LPL 2-5 dager før oppstart. Ved infisert eksem skal infeksjonen først være behandlet.

Smør eventuelle fuktighetskremer **etter** lysbehandling, ikke rett før.

Har behandlingen bivirkninger?

Bivirkninger av lysbehandling er de samme som ved vanlig soling:

Huden blir *tørr*, og hyppig bruk av fuktighetskremer/oljebad anbefales. Enkelte plages av *varmen* i lyskabinene. Spesielt UVB kan gi *solforbrenning* ved for høy dose, som en derfor prøver å unngå. I store doser (mange års behandling) er UV-lys *kreftframkallende*, på samme måte som store mengder vanlig sollys. Litt forenklet kan man si at 6 ukers behandling hos oss tilsvarer 4-5 dager på Kanariøyene med god sol.

Er kontroll nødvendig?

Det er vanlig med legekontroll etter ca. 6-10 ukers behandling. Videre tilsyn vurderes individuelt, **men ingen får UVB-behandling over tid uten tilsyn.**

Kostnader

Lysbehandlingen koster 50,- kr hver gang, men inngår i frikortbeløpet, så for noen blir det uten egenandel etter hvert. Obligatoriske briller koster 60 kr. Legekontroller koster kr 320,- (2016) og er obligatoriske for alle som går til slik behandling – så behandlingen kan justeres for best mulig effekt.

Åpningstider for UVB behandling: (Alle dager stengt i vår lunsj mellom 11.30 og 12.00)

Alle hverdager dager åpent fra **07.30-16.00**, bortsett fra fredag til **14.30**.