**UVB lysbehandling**

**Hvad er UVB?**

UVB er behandling med ultraviolet lys. Lysstrålerne er en del af solens naturlige spektrum. UVB-lys er kortbølget ultraviolet lys, som gives fra en bredspektret eller smalspektret (TL01 lys) lyskilde. Her i klinikken anvendes TL01 lys, som er smalspekteret med en bølgelængde på ca. 311nm.

**Hvordan virker UVB?**

UVB er en effektiv måde at behandle forskellige hudsygdomme, som fx psoriasis, eksem og kløende hudlidelser. UVB dæmper kløe og rødme i huden, og nedsætter dannelsen af skæl ved psoriasis.

**Hvor længe skal jeg gå til behandling?**

Behandlingen virker kun hvis du kommer regelmæssigt 2-3 gange om ugen, ofte i 10-12 uger. Du behøver ikke at bestille tid på forhånd, da vi har drop in til lysbehandling. Se venligst vores åbningstider for lysbehandling. Lægen laver planen for din lysbehandling og du aftaler tid til opfølgende kontrol med sekretæren.

**Hvordan foregår behandlingen?**

Under lysbehandlingen står du op i en lyskabine. Hvis behandlingen kun skal gives til hænder og fødder anvendes et mindre UVB lysapparat hvor du sidder ned. Du skal anvende beskyttelsesbriller undervejs, som udlånes af klinikken.

Behandlingen starter forsigtigt op med en behandlingstid på ca. 30 sekunder pr. behandling, stigende til 3-4 min. pr. behandling. Tiden afhænger af din hudtype og hudsygdom. Når du kommer til opfølgende behandling, vil du blive spurgt til, hvordan det er gået fra gang til gang og lysdosis justeres herefter. Ansigtet afskærmes med et stykke stof hvis ikke der er behov for behandling hertil. Til mændene anbefales det at dække kønsdelene under lysbehandlingen.

**Ulemper og bivirkninger?**

Det er almindeligt med varmefornemmelse og rødme i huden optil 24 timer efter lysbehandlingen. Der kan komme lettere forbrændinger trods omhyggelig lysdosering, er du blevet solskoldet kan det være at behandlingen må udsættes nogle dage. Du skal informere sekretæren hvis du stadigvæk er rød og brænder i huden når du møder ind til næste planlagte behandling.

Da behandlingen udtørrer huden, anbefales det at anvende rigelig mængder fugtighedscreme (påføres huden EFTER lysbehandlingen, ikke før)

Der er på sigt en let øget risiko for solskader og hudkræft ved gentagne lysbehandlinger. Dette afhænger også af hvor meget sollys du har fået og får fremadrettet. Langvarig lysbehandling medfører aldring af huden på samme måde som almindeligt sollys.

**Forholdsregler?**

Undgå solpåvirkning de dage du har fået lysbehandling. I det hele taget er det bedst at undgå sol i hele behandlingsperioden, da effekten af UVB bliver sværere at vurdere og lysdosis kan blive svær at beregne og der er derfor øget risiko for forbrænding.

Hvis du har behov for lys i ansigtet, bør du ikke have make-up på, når du er til lysbehandling. Ved udendørsarbejde anvendes solcreme med min. SPF30 samt hat/kasket og tøj.

Husk at gøre opmærksom på hvis du påbegynder ny medicin i behandlingsperioden, da visse typer af medicin gør dig mere lysfølsom.