

IHOTERVEYDEN VALOHOIDOT

(Kapeakaista-UVB sekä SUP)



Kapeakaista-UVB sekä SUP ovat ultraviolettisäteilyyn perustuvaa valohoitoa ihotaudeille. UVB-hoidossa annetaan vain UV-säteilyn B-aallonpituutta, SUP-hoidossa B-aallonpituuden lisäksi myös UVA:ta. UV-säteilyllä on ihoa vahvistavaa sekä tulehdusta ja kutinaa rauhoittavaa vaikutusta. Hoidot soveltuvat sellaisille ihosairauksille, joilla on tapana lievittyä auringonvalon vaikutuksesta, kuten atooppiseen ihottumaan, psoriaasiin ja punajäkälään. Valohoitoa käytetään myös vitiligon (valkopälvi) ja monimuotoisen valoihottuman hoitoon (ns. UV-karaistushoito).

Valohoidossa ihoon kohdistuu samoja säteitä kuin auringonvalossa, mutta kuitenkin ilman niitä aallonpituuksia, joista ei ole apua ihottuman hoidossa tai jotka ovat iholle haitallisia. Iho ruskettuu hoidon aikana, ja kuten runsaalla auringonvalolla, myös liiallisella valohoidolla voi olla ihoa vanhentavaa ja ihokasvaimia aiheuttavaa vaikutusta. Hoitohenkilökunnan ohjeita noudatettaessa niin UVB- kuin SUP-valohoito on kuitenkin turvallista (1-2 valohoitokuuria vuodessa), ja lääkärin määräyksestä se soveltuu myös lasten sekä raskaana olevien hoidoksi.

KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

Hoito annetaan lääkärin määräyksellä. Hoitokäyntejä on yleensä 2-3 kertaa viikossa ja hoitajakso käsittää tyypillisesti 15-25 käyntiä ihon paranemisesta riippuen. Vaste alkaa näkyä vähitellen hoidon aikana, yleensä viimeistään 7-10 käynnin jälkeen.

Valohoitajakson aikana iho voi kuivua, joten käyntien välissä on hyvä käyttää kosteusvoiteita. Auringossa oleilua on syytä välttää eikä tavanomaisessa solariumissa saa käydä. Hoitopäivänä sekä sitä edeltävänä iltana pidättäytyään ihoa ohentavista kuorinnoista sekä kosmetologin ihonpuhdistuksista.

Valohoitoon tullessa ihon pitää olla puhdas eikä edeltävästi laiteta lääkevoiteita. Valohoitoaamuna voi käyttää kevyttä perusvoidetta. Partavedet, hajuvedet ja deodorantti saattavat ärsyttää ihoa valohoidon vaikutuksesta. Ehostus silmämeikkiä lukuun ottamatta tulee poistaa. Sairaana ollessa valohoidosta pidetään taukoa. Valohoidon jälkeisenä iltana saa käyttää lääkevoiteita lääkärin ohjeiden mukaisesti.

Hoidon sivuvaikutuksena saattaa esiintyä ihon kutinaa, punoitusta ja arkuutta muutaman tunnin tai joskus vasta vuorokauden kuluttua hoidon antamisesta. Sivuvaikutukset ovat vaarattomia ja ohimeneviä, mutta niistä on hyvä ilmoittaa hoitopisteelle viimeistään ennen seuraavaa valotuskertaa.

Valohoitolaitteen sisällä seisotaan tukevasti sitä varten tarkoitetuista kahvoista kiinni pidellen. Hoitokäynnit ovat aluksi lyhyitä ja pitenevät hoidon edetessä, noin minuutista 5-10 minuuttiin.

SUOJAUS

Silmät suojataan aina UV-hoitoihin soveltuvilla suojalaseilla. Siitä huolimatta silmät on hyvä pitää suljettuina valohoidon aikana. Piilolinssit saavat olla paikoillaan. Kasvot palavat muuta kehoa herkemmin, joten ne suojataan tai niille annetaan vain osa valotuksen kestosta. Myös miesten genitaalit suojataan palamisherkkyyden vuoksi. Intiimialueiden suojaksi käy omat, lahkeettomat alusvaatteet.

VALOHERKKYYTTÄ AIHEUTTAVAT LÄÄKKEET

Jotkut sisäisesti käytettävät lääkkeet voivat herkistää ihon ultraviolettisäteilylle. Tällaisia ovat mm. useat antibiootit, mielenterveyslääkkeet ja nesteenoistolääkkeet. Myös iholle levitettävät tulehduskipulääkkeet ovat valolle herkistäviä. Tämän vuoksi käytössä oleva lääkitys ja paikallishoitoaineet on aina ilmoitettava hoitajalle.

HINTA JA KORVAUKSET

Valohoitokäynnit ovat KELAN korvattavaa hoitoa (3€/käynti vuonna 2022), ja korvausta voi hakea itse valohoitajakson loputtua. Hoitajalta saa tarvittaessa tarkempaa tietoa korvauksen hakemisesta.

Hoito laskutetaan käyntien yhteydessä (kertakäyntimaksu) tai 5-15 kerran sarjahoidon tilaamisen yhteydessä. Ensimmäisellä käynnillä annetusta hoidon ohjeistuksesta peritään lisäksi palvelumaksu 20€.

Ihoterveys pidättää oikeuden periä käyttämättä ja perumatta jätetystä ajanvarauksesta 10€ hyvitysmaksun.

Oulun Ihoterveys
info@ihoterveys.com
www.ihoterveys.com