

Guia pràctica de Fototeràpia

Introducció

Es comença a parlar de fototeràpia a principis del segle xx.

A la segona meitat, apareixen diferents tipus i usos d'aparells: cabines corporals, facials, per a mans, per a peus...

A l'Hospital de Bellvitge, les cabines són mixtes: emeten tant UVA com UVB.

Sempre han d'estar homologades per Sanitat.

Definició de fototeràpia

És una forma de teràpia que utilitza ones electromagnètiques (radiacions ultraviolades), amb fins curatius o terapèutics. Es fa servir en dermatologia per a diferents patologies.

El mecanisme d'acció és antiinflamatori.

Indicacions de la fototeràpia

Psoriasi, dermatitis atòpica, micosi fungoide, granuloma anular, líquen pla, vitiligen, morfea, prúïa anular, parapsoriasi, erupció polimorfa lumínica i urticària solar.

Abans de començar fototeràpia

El seu dermatòleg ha de:

- Descartar malalties incompatibles.
- Valorar medicació fotosensible
- Valorar contraindicacions (claustrofòbia, cadira de rodes, mobilitat reduïda)



Tractament abans: Història clínica

Malalties incompatibles

Queratosi actínica
Lupus
Càncer de pell



Medicació fotosensible

Valoració medicació
fotosensible



Analítica

Analítica general
Anticossos antinuclears
ANA (lupus)
RO (marcador fotosensible)



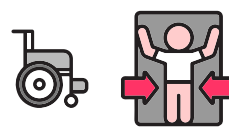
Oftalmologia

Cataractes
(si es realitza
tractament amb
PUVA)



Contraindicacions

Mobilitat reduïda
Claustrofòbia



Ubicació de la unitat

La unitat es troba a la 2a planta de Consultes externes, mòdul 25, porta 9.

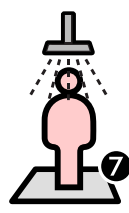
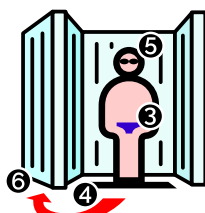
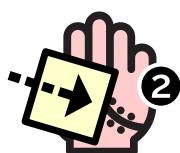
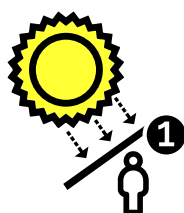
Com és la cabina?

És un habitacle obert pel sostre i amb un panell digital a la porta.

Consta de 24 llums d'UVB (100W) + 24 llums UVA (100W)

Normes generals

- Venir dutxat, però sense aplicar cosmètics, colònies, desodorants, cremes hidratants, etc.
- El dia de la sessió **NO** s'ha d'exposar al sol. **1**
- Si té cap cicatriu recent, ha de tapar-la. **2**
- Entri a la cabina sense roba (només amb tanga en cas de ser home) **3**
- Utilitzi sempre la mateixa mida de roba interior dintre de la cabina, per evitar vermellors.
- Col·loqui una tovallola d'un sol ús al terra de la cabina. Posteriorment es llançarà. **4**
- Utilitzi ulleres de protecció homologades. Un ús inadequat podria provocar: conjuntivitis, queratitis, cremades i cataractes. **5**
- En cas d'algun problema o mareig dintre de la cabina, només cal empenyi la porta, que s'obrirà directament. **6**
- La roba, la podrà deixar en una zona del vestidor, on trobarà una cadira, penjadors, etc.
- Posteriorment a la sessió, sempre s'ha d'hidratar la pell. **7**



Actualment i degut a la covid, haurà de rentar-se les mans amb aigua i sabó i NO treure's la mascareta. La cabina es neteja completament per dintre i per fora amb antisèptic especial.

Si teniu qualsevol dubte, poseu-vos en contacte amb nosaltres

Guia pràctica de Fototeràpia

Tipus de tractaments

Fotokuimioteràpia (PUVA). És la combinació de la radiació ultraviolada A + medicació fotosensibilitzant 8MOP (psoralen). Es pren 2 hores abans de l'exposició, acompanyat amb menjar (preferentment làctics).

Fototeràpia UVB. No requereix cap medicació prèvia.

Diferències UVB i UVA

Radiació UVB. Es pot donar a menors de 10 anys i embarassades. La radiació arriba fins a l'epidermis.

Radiació UVA. NO és apta per a menors. NO és apta per a embarassades. El raig d'inclinació és més profund i arriba fins a la dermis.

Fototips de pell

Hi ha 6 tipus diferents, que van des del Fototip 1 (persones rosses o pèl-roges, d'ulls clars, amb pigues, que sempre es cremen, i mai no es bronzegen) fins al Fototip 6 (persones amb pell, ulls i cabells negres).

Tractament i dosi. Estàndard.

UVB. Temps màxim d'exposició a la sessió 11, uns 6 min (dosi de manteniment).

UVA. Temps màxim d'exposició a la sessió 17, uns 17 min (dosi de manteniment).

Paper d'infermeria

- 1a visita: recollida de l'ordre clínica, introducció de dades al programa informàtic i programació de cicles (20 sessions), informació oral/escrita i signatura de consentiment. Adjuntem el full informatiu (que donem als pacients).
- El dia de la sessió, revisar lesions, protecció ocular (i genital en el cas dels homes).
- Evitar l'exposició solar (i si és PUVA, 2 h abans prendre medicació).
- Sempre hidratar després de la sessió. Avisar si hi ha canvis de la medicació. Fer servir ulleres de sol, si és PUVA, i registrar qualsevol canvi al full de seguiment i curs clínic.

Posibles reaccions postfototeràpia

- **LLEUS.** Solen aparèixer passades 24 h i desapareixen soles: eritema, sequedat de la pell, pruija...
- **AGUDES.** Si apareixen és entre les 48 h i les 72 h posteriors: reaccions fitotòxiques i empitjorament de les lesions. En aquest cas suspendrem la sessió i es revalorarà per part del seu dermatòleg.
- **CRÒNIQUES.** Apareixen quan es sobrepassen les dosis recomanades.

Recomanacions per a la hidratació de la pell

- No romandre més de 10 min. a l'aigua.
- Millor aigua tèbia.
- Fer servir sabons suaus i neutres.
- Eixugar la pell amb tocs suaus.
- Aprofitar la humitat de la pell després del bany per hidratar-la.
- Posar la crema hidratant a la nevera (redueix la picor).

Recomanacions per al sol

- NO prendre el sol durant la franja horària de 12 a 16 hores.
- Fer servir un factor de protecció com a mínim 30 i posar-se'l cada 2 o 3 hores. No oblidar aplicar-lo a les orelles.
- Apliqueu el protector 30 min. abans de sortir de casa.
- Cal fer servir gorres, barrets i ulleres.

El sol com a efecte positiu

- Síntesi de Vitamina D
- Sensació de benestar
- Obtenció del bronzajat
- El sol és font de vitamines. Exposi-s'hi sempre amb mesura!

El sol com a efecte nociu

- Eritema solar (envermelliment de la pell)
- Granellada, picors, sequedat cutània
- **COMPTE!** L'abús de sol, pot causar arrugues, fotoenvelliment, taques...

Diferència entre cabines estètiques i fototeràpia en unitats hospitalàries

Darrere de les unitats de fototeràpia hospitalàries hi ha un professional d'infermeria, que està format, coneix les malalties, fototips de pell (dosis adequades d'UVB, UVA, per a cada fototip) i efectes secundaris. Pot resoldre els seus dubtes i sempre té un equip de dermatòlegs al darrere.

Què passa quan s'interromp el tractament?

Interrupcions

4 – 7 dies	Mateixa dosi
1 – 2 setmanes	Reduir 50%
2 – 3 setmanes	Reduir 75%
+ 3 setmanes	Dosi inicial

MÀXIM 1500 a 2000 J/cm² - vida del pacient

2 o bé 3 sessions/setmana (fototip)

