

UVB – ravi (Ultraviolettkiirguse B spekter)

Toime

UVB-ks nimetatakse loodusliku päikese ultraviolettkiirguse B spektrit, mille lainepikkus on 280–320 nm. UVB kiirgus on 5% maale ulatuvast päikesevalgusest, 95% on UVA kiirgus, mida kasutatakse solaariumites päevituse saamiseks. UVB kiirgus ei tunge nahaalustesse kudedesse (erinevalt UVA kiirgusest). UVB on lühema lainepikkusega ning vastutab päikesepõletuse, sarvkihi paksenemise ja nahavähi tekke eest. UVB-kiirtel (290–320 nm) on nii soodsaid kui ka ebasoodsaid toimeid. Kasutatakse kitsaspektri 311 nm UVB valgust kogu kehale. UVB valgus neeldub pindmistes nahakihtides, seoses sellega väheneb nahapõletik ja allergianähud (sh sügelus) immuunsupressiooni teel, kuna T-rakkude aktiivsus pärsitakse. Protseduur määratakse arsti poolt, arvestades nahatüüpi ja vastunäidustusi. Liigse doosiga kaasnevad päikesepõletus, kortsud, nahavähi ja silmahaiguste oht. Organismile vajaliku koguse D-vitamiini sünteesiks piisab tegelikult väga lühiajalisest mõjust nahale. Seetõttu järgitakse diagnoosile vastavat raviskeemi doose. Ravigraafik on igale inimesele individuaalne, lähtub suuresti haiguse iseloomust, nahatüübist ja reaktsioonist, haiguse alluvusest ravile, patsiendi enesetundest.

Näidustused

- ulatusliku psoriaasi
- atoopilise dermatiidi
- teiste dermatiidide
- allergilise lööbe korral

Vastunäidustus

- kilpnäärme liigtalitus
- kasvajatest tingitud nahamuutused
- haiguslik valgustundlikus
- medikamentoosne ravi, millega kaasneb potentsiaalne nahakahjustus või kõrgenenud valgustundlikkus
- rasedus

Teostus

Ravi teostatakse istuvas või lamavas asendis, kus UVB – valguspaneel suunatakse konkreetsele kehaosale või kogu kehale. Patsient kannab samal ajal UV- kaitsega prille (silma hallkae tekke vältimiseks). Raviseansi kestvus sõltub nahatüübist, raviseadme omapärast, valgusallika distantist. Alustatakse 20 sekundist esimesel korral, maksimaalne protseduuri kestvuse aeg on 15 minutit. Raviprotseduuri kestvus on rangelt arsti poolt määratud.