

****

**UVB治疗（紫外线B）**

患者问题与解答表\*

**此信息表旨在回答有关UVB的最常见问题，但您不确定任何事情时请随时询问您的护士或医生。**

**什么是UVB？**

UVB表示紫外线B。特定的UVB射线（“窄带UVB”）由治疗灯产生。 这些射线对皮肤具有抗炎作用。 尽管这些射线包含在阳光中，但UVB治疗通常比阳光更有效，因为除去了有害和无效的阳光射线。

**我为什么要接受UVB？**

已经发现，这种治疗方法对于包括牛皮癣和湿疹在内的许多不同的皮肤状况特别有用，也可以为具有轻度敏感皮肤状况的人们增强对天然紫外线的耐受性。该治疗无法提供永久性治疗，皮肤问题可能无法完全清除。

**当我到达光疗门诊时会发生什么？**

在您第一次访问时，光疗疗法护理人员的成员将解释使用的护理文件。 他们将向您展示整个设备，并向您解释治疗和所有程序。

**治疗中心可以使用不同的方法来决定应使用哪种起始剂量。**

在开始光疗之前，通常会先使用一个小的测试剂量，称为MED（最少的红斑剂量）。 不同剂量的紫外线B将照在您的背部或手臂上的小圆圈上，这需要几分钟，结果将在第二天（24小时后）读取。 此结果将有助于确定应使用哪种起始剂量。

即使您过去曾接受过UVB治疗，通常也需要MED，因为您对UVB的皮肤敏感性可能会改变。MED不仅要确保您以安全的UVB剂量进行治疗，而且还要确保您以足够高的剂量开始。

当如果无法进行MED时，则必须以低剂量开始治疗，并且通常第一次治疗方法是针对例如前臂的小测试区域以确定安全的起始剂量。 如果您怀疑自己对阳光异常敏感，或者正在服用可能使自己更敏感的药物，这可能很重要。 否则，员工可能会简单地问您有关阳光暴晒的历史，例如，您是皮肤呈棕褐色还是晒伤，并使用这种“皮肤类型”来确定起始剂量。

**我将接受多长时间的UVB治疗？**

随着个人的差异，平均疗程持续8周，每次治疗持续长达几分钟，门诊总时间为半小时。治疗通常每周3次。 工作人员将在每次预约时评估您。 如果需要，医生会见你。

**那我的药膏呢？**

在治疗期间，请继续使用常规保湿霜。 如果您使用任何其他治疗霜，护理人员将告诉您是否应该使用它们。 如果您患有湿疹，则在治疗前后继续使用保湿霜特别重要。 请检查您是否正在使用合适的保湿霜，并尝试大概在PUVA治疗时间隔前后1个小时使用保湿霜。

**那我的药物呢？**

在开始UVB治疗之前，医生将检查您要服用的药物和天然补充剂。

如果您要服用的任何药物（包括您正在服用的任何非处方药）会在UVB治疗期间进行更改，请让护理人员在开始下一次治疗之前就知道。这是因为某些药片会影响这种治疗方法的工作方式。

**要避免的事情**

* 在治疗当天，请避免使用诸如化妆品，香水或须后水等香水产品，因为它们会使您的皮肤对光更敏感。
* 在治疗前，您不应使用任何水杨酸制剂或含黄色软石蜡的保湿剂，因为它们会有防晒霜的效果并停止治疗的作用。
* 在整个治疗过程中，您应该避免人工日光浴和日光浴。
* 在治疗过程中，您应该避免过度剪发。如有必要，请在开始治疗之前或在治疗开始的两周内剪发。
* 您应该避免在治疗之前/在疗程中使用假睫毛
* 在治疗过程中，您应该避免使用无阳光晒黑（“假晒黑”）产品。
* 您不得在UVB治疗区域使用喷雾除臭剂。
* 如果您在治疗期间穿衣服，那么对于每次治疗时都必须穿相同的衣服或完全相同的款式。
* 在开始治疗之前，您应该通知工作人员任何临时皮肤覆盖物（例如止痛贴、避孕贴等）

**在您的疗程中可能发生的效果：**

* 在疗程中，您可能至少会有一次轻度的晒伤反应。
* 如果您有任何类似晒伤的反应，则应联系您所参加的光疗单元，除非他们为您提供了有关您应采取以获得建议的其他详细信息的措施。 如果在获得进一步的建议时有任何延误，而如果您有类固醇软膏，则可以使用和使用保湿霜。
* 在疗程中，您可能会出现斑点，发痒的皮疹（大约有10个人中有一个）。
* 根据您的自然肤色，如果您的皮肤在阳光下很容易变成棕色，则您可能会产生深棕色的皮膚。
* 您的皮肤可能会变得干燥和发痒。

如果您遇到任何这些反应，您的保湿霜将有助于舒缓皮肤。

如果您非常不舒服，请与您的护士讨论。 如果需要，我们将要求医生见您。

**进行很多疗程有任何风险吗？**

* **皮肤癌**

暴露在大量阳光下的人患皮肤癌的风险增加。

尽管我们不知道这种特殊类型的紫外线（窄带UVB）对人类的风险，但如果我们认为风险与阳光相同，那么整个患者一生中每年一次的疗程一般都会使其患可治疗的皮肤癌风险增加一倍。 许多因素会影响这一点。如果您没有接受脸部治疗，这种风险将会降低。

**审查：** 一般来说，一旦您接受了超过500个UVB治疗，就会被要求参加当地门诊进行特定的皮肤癌审查。

* **光照性皮肤老化**

如果您需要多次治疗，则可能会产生阳光引起的皮肤变化如皱纹和皮肤变色，类似于衰老过程或吸烟产生的作用。

**最后要点**

* UVB治疗在怀孕期间是安全的。
* 工作人员会在您在小隔间时给您近距离的护目镜和一个面罩戴（除非您的医生告诉您不需要）。 有时，尤其是对于影响眼睑的严重湿疹，人们就会接受不戴护目镜的治疗。 人眼皮皮肤可防止UVB的传導。 如果您接受治疗时没有护目镜，则**必须**在整个治疗过程中闭上眼睛 - 即使在治疗期间偶尔的眨眼都可以使UVB引起疼痛的角质炎（眼睛前部的炎症）。
* 大多数患者将在小隔间不穿衣服的情况下进行治疗。 但是，男性患者应在治疗期间穿生殖器保护。
* 如果您有频繁的唇疱疹（cold sores）病史，且不建议您在治疗期间戴面罩，则应在每次治疗之前使用“防晒霜”。
* 您有责任保管自己的贵重物品。

您的UVB治疗是专门为您计划的。 如果您对治疗的任何方面有疑问，请在接受治疗时询问任何员工。

**如果您需要替代格式**，请联系[nss.equalitydiversity@nhs.scot](邮件寄到:nss.equalitydiversity@nhs.scot), 电话：0131 275 6000  
  
**英国手语**，请联系苏格兰BSL：[www.contactscotland-bsl.org](http://www.contactscotland-bsl.org)