

****

**Le traitement par UVB (Ultraviolet B)**

Fiche de questions et réponses destinée aux patients\*\*

**Le but de cette fiche d'information est de répondre aux questions les plus fréquemment posées sur les UVB, mais n’hésitez pas à demander des explications complémentaires à votre infirmier(ière) ou à votre médecin en cas de doute.**

**Qu'est-ce que les UVB ?**

Le terme UVB est l’abréviation d’Ultraviolet B. Des rayons UVB particuliers (des « UVB à spectre étroit ») sont produits par des lampes de traitement. Ces rayons ont des effets anti-inflammatoires sur la peau. Bien que ces rayons soient présents dans la lumière solaire, le traitement par UVB est généralement plus efficace que la lumière solaire car les rayons nocifs et inefficaces du soleil sont éliminés.

**Pourquoi m’a-t-on prescrit un traitement par UVB ?**

Ce traitement s’est avéré particulièrement efficace pour traiter de nombreuses affections cutanées, notamment le psoriasis et l’eczéma, et également pour renforcer la tolérance à la lumière ultraviolette naturelle chez les personnes ayant des affections cutanées sensibles à la lumière. Le traitement n’offre pas une guérison définitive et la peau ne sera peut-être pas complètement nette.

**Comment se déroule ma prise en charge dans le service de photothérapie ?**

Lors de votre première visite, un membre du personnel infirmier du service de photothérapie passera en revue avec vous les documents de soins infirmiers utilisés. Il vous fera visiter l’unité de soins et vous expliquera le traitement et toutes les procédures.

**Les centres peuvent utiliser différentes approches pour déterminer la dose initiale de photothérapie.**

Avant de commencer le traitement, vous recevrez généralement une petite dose test, appelée Dose Érythémale Minimale (DEM). Plusieurs doses de rayons UVB seront projetées sur de petits cercles sur votre dos ou votre bras. Cette procédure prend plusieurs minutes et le résultat sera évalué le lendemain (24 heures plus tard). Ce résultat permettra de déterminer la dose initiale de votre traitement par rayons ultraviolets.

Même si vous avez déjà suivi un traitement par UVB, une DEM sera généralement nécessaire car la sensibilité de votre peau aux UVB peut changer. La DEM permet non seulement de s’assurer que le dose d’UVB est sûre, mais aussi de s’assurer que votre dose de départ est suffisamment élevée pour votre peau.

À défaut de pouvoir réaliser une DEM, le traitement doit commencer à une faible dose, et souvent la première séance sera effectuée sur une petite zone test, telle que l’avant-bras, afin de déterminer une dose de départ sûre. Cela peut être important si vous pensez être exceptionnellement sensible au soleil ou si vous prenez des médicaments qui pourraient augmenter votre sensibilité. Sinon, le personnel de santé pourra simplement vous interroger sur vos antécédents en matière d’exposition au soleil, en vous demandant par exemple si vous bronzez facilement ou si vous avez tendance à attraper des coups de soleil, et utiliser ce « phototype » (type de peau) pour déterminer votre dose de départ.

**Combien de temps durera mon traitement par UVB ?**

La durée du traitement varie d’une personne à l’autre, mais un traitement moyen dure 8 semaines, avec des séances individuelles pouvant durer jusqu’à quelques minutes et une visite totale pouvant prendre jusqu’à une demi-heure. Le traitement est généralement administré 3 fois par semaine. Le personnel de santé vous examinera à chaque visite. Si nécessaire, vous aurez une consultation avec un médecin.

**Puis-je continuer à utiliser mes crèmes et pommades ?**

Veuillez continuer d’utiliser vos crèmes hydratantes habituelles pendant la durée de votre traitement. Si vous utilisez d’autres crèmes de soins, le personnel infirmier vous indiquera si vous devez continuer à les utiliser. Si vous avez de l’eczéma, il est particulièrement important de continuer à appliquer de la crème hydratante avant et après la séance de photothérapie. Veuillez vérifier que vous utilisez une crème hydratante appropriée et essayez de toujours maintenir à peu près le même intervalle de temps entre le moment où vous appliquez votre crème hydratante et votre séance d’UVB (+/- 1 heure).

**Puis-je continuer à prendre mes médicaments ?**

Avant le début de votre traitement par UVB, le médecin vérifiera quels médicaments et compléments naturels vous prenez.

En cas de changement dans les médicaments que vous prenez (y compris tout médicament en vente libre) durant votre traitement par UVB, veuillez en informer le personnel infirmier avant le début de votre séance suivante. Cela est dû au fait que certains médicaments peuvent avoir un impact sur le traitement.

**Ce qu’il faut éviter**

* Le jour d’une séance de photothérapie, veuillez éviter d’utiliser des produits parfumés tels que des produits cosmétiques, des parfums ou des lotions après-rasage, car ceux-ci peuvent rendre votre peau plus sensible aux rayons UV.
* Vous ne devez pas utiliser de préparation à base d’acide salicylique ou de la crème hydratante contenant de la paraffine jaune molle avant les séances, car celles-ci pourraient agir comme un écran solaire et entraver l’efficacité du traitement.
* Évitez les rayons ultra-violets artificiels (lampes de bronzage à visée esthétique) et les bains de soleil pendant toute la durée du traitement.
* Évitez les coupes de cheveux drastiques pendant toute la durée du traitement. Si nécessaire, faites-vous couper les cheveux avant de commencer le traitement ou au cours des deux premières semaines.
* Évitez la pose de faux cils avant ou pendant la durée de votre traitement.
* Évitez les autobronzants pendant toute la durée du traitement.
* Il est interdit d’utiliser des déodorants en spray dans les services de traitement par UVB.
* Si vous restez habillé(e) pendant les séances de photothérapie, il est important de porter les mêmes vêtements ou exactement le même style de vêtements à chaque séance.
* Vous devez informer le personnel de santé du port de tout dispositif cutané temporaire (par exemple, un patch antidouleur, un patch contraceptif, etc.) avant de commencer votre séance.

**Effets possibles pendant le traitement :**

* Il est probable que vous développiez une réaction semblable à un léger coup de soleil au moins une fois au cours du traitement.
* Si vous avez des réactions semblables à de graves coups de soleil, veuillez contacter votre unité de photothérapie, sauf si d’autres indications vous ont été données sur ce que vous devez faire pour obtenir des conseils. Dans les cas où vous ne pourriez pas immédiatement obtenir de conseils supplémentaires, si vous disposez d’une pommade stéroïdienne, il serait approprié de l’appliquer en complément de votre crème hydratante.
* Il est possible que vous développiez une éruption cutanée tachetée et accompagnée de démangeaisons au cours du traitement (environ une personne sur dix).
* En fonction de la couleur naturelle de votre peau, si votre peau bronze facilement au soleil, vous pourriez développer un bronzage foncé.
* Vous pourriez développer une sécheresse cutanée et ressentir des démangeaisons.

Si vous éprouvez l’une de ces réactions, votre crème hydratante contribuera à apaiser votre peau.

Si vous êtes vraiment incommodé(e), veuillez en parler au personnel infirmier. Si nécessaire, nous demanderons à un médecin de vous voir.

**Y a-t-il des risques associés à de nombreux cycles de traitement ?**

* **Cancer de la peau**

Les personnes qui s’exposent énormément au soleil ont un risque accru de cancer.

Bien que nous ne connaissions pas les risques associés à ce type particulier de rayons ultraviolets (UVB à spectre étroit) sur la santé, si nous supposons que le risque est le même qu’avec la lumière solaire, un cycle de traitement chaque année tout au long de la vie d’un patient doublerait en général le risque de cancer traitable de la peau. De nombreux facteurs exercent une influence sur ce risque. Si vous ne recevez pas de traitement sur le visage, ce risque sera atténué.

**Suivi :** Il est d’usage d’être invité(e) à une consultation de suivi spécifique au cancer de la peau après avoir effectué plus de 500 séances de traitement par UVB.

* **Photovieillissement**

Il est également possible que, si vous avez besoin de nombreux cycles de traitements, des changement cutanées induits par la lumière du soleil se produisent, tels que des rides et une décoloration de la peau, similaires au processus de vieillissement ou provoqués par le tabagisme.

**Derniers Points**

* Le traitement par UVB est sans danger pendant une grossesse.
* Le personnel de santé vous fournira des lunettes de protection ajustées et un écran facial à porter pendant que vous êtes dans la cabine (sauf si votre médecin vous a dit de ne pas le faire). Parfois, notamment pour les cas graves d’eczéma affectant les paupières, le traitement s’effectue sans lunettes de protection. La peau des paupières humaines empêche la transmission des UVB. Si votre traitement est réalisé sans lunettes de protection, il est **essentiel** de garder les yeux fermés pendant toute la durée de la séance, car les UVB peuvent provoquer une kératite douloureuse (inflammation de la cornée de l’œil), même avec seulement un clignement occasionnel des yeux pendant la séance.
* La plupart des patients sont dévêtus dans la cabine lors de leur séance de photothérapie. Cependant, il est important que les patients masculins portent une protection génitale durant la séance de traitement.
* Si vous avez des antécédents de boutons de fièvre fréquents, veuillez appliquer de la crème solaire « écran total » avant chaque séance, si on vous a déconseillé de porter un écran facial durant le traitement.
* Vos objets de valeurs sont sous votre responsabilité.

Votre traitement aux UVB est planifié spécifiquement pour vous. Si vous avez des questions sur tout aspect de votre traitement, n’hésitez pas à les poser à un membre du personnel lors de vos séances de photothérapie.

**Si vous souhaitez recevoir cette fiche dans un autre format**, veuillez contacter [nss.equalitydiversity@nhs.scot](mailto:nss.equalitydiversity@nhs.scot), n° de téléphone : 0131 275 6000  
  
**Langue des signes britannique**, veuillez contacter Scotland BSL : [www.contactscotland-bsl.org](http://www.contactscotland-bsl.org)