Turvallisuus ja käyttöön liittyvät varotoimet

UVB 311 nm -lamppu on valohoitolaite: käytä sitä **vain lääkärin määräyksestä ja ihotautilääkärin seurannassa**. Lue tämä ohje kokonaan ja säilytä se lampun mukana.

1 ENNEN KÄYTTÖÄ

UVB-lamppua saa käyttää vain ihotautilääkärin diagnosoiman, määräämän ja seuraaman **psoriaasin, vitiligon tai ekseeman** hoitoon.

UVB-säteet (voimakkaampia kuin PUVA-hoidon UVA) vaativat **hyvin lyhyet altistusajat** eivätkä valolle herkistävää ainetta (psoraleeni…). Voiteita voi käyttää, mutta vasta hoitokerran **jälkeen**.

Kukin alue tarvitsee vain **30–60 sekuntia päivässä**. Hoito tehoaa kunnolla vain, kun se on **säännöllistä ja pitkäjänteistä**.

2 HOITO

Jokainen psoriaasi, vitiligo ja ihotyyppi reagoi eri tavoin: **keskustele ihotautilääkärisi kanssa.** Suosittelemme kahden viikon aloitushoitoa:

VIIKKO 1	VIIKKO 2	SEN JÄLKEEN
30 s	**≤ 60 s**	**Tauko**
aluetta kohden päivässä	asteittainen lisäys tuloksen mukaan	muutama päivä, sitten pienin annos

Älä jatka yli **2 viikkoa yhtäjaksoisesti**. Etsi sitten lyhin kesto ja harvin tiheys (ei enää päivittäin), jotka ylläpitävät tuloksen: lyhyet ja hyvin säännölliset altistukset antavat parhaat tulokset. **Hoida vain oireilevia alueita.**

3 PIKA-ALOITUS

- Laita mukana toimitetut **UV-suojalasit tai silmäsuojat**.
- **Kytke** lamppu pistorasiaan ja **sytytä** se.
- Pidä lamppu **vähintään 3 cm ja enintään 20 cm** etäisyydellä ihosta.

Eikö lamppu syty? Putki on voinut irrota kuljetuksen aikana: pidä irrotettua lamppua pystyssä putki itseesi päin ja paina kahdella sormella putken päätä, kunnes kuulet ”naksahduksen”.

⚠ VAROITUS!

Turvallisuussäännöt jokaisella hoitokerralla

ÄLÄ KOSKAAN ALTISTA silmiä, sukuelimiä, rintoja, limakalvoja äläkä kehon aukkoja yleensä.

- **Älä altista** arpia, tatuointeja, haavoja, suonikohjuja, raskausarpia, leikkausarpia, viinitahroja, syntymämerkkejä tai luomia: **peitä ne kokonaan** hoidon ajaksi.
- Ihon on oltava **vapaa kaikista muista hoito- ja kosmetiikkatuotteista**: öljy, suihke, voide, emulsio…
- Kuten auringossa, liian pitkä tai liian usein toistuva altistus voi aiheuttaa **auringonpolttamia** ja ääritapauksissa **palovammoja, ihosairauksia tai ihosyöpää**.
- **Lopeta tai vähennä heti** kestoa ja tiheyttä pienimmästäkin kuumotuksen tai palamisen tunteesta.
- Käytä lamppua **vain omaan lääketieteelliseen hoitoosi**: älä lainaa sitä tapaukseen, jota ei ole diagnosoitu, määrätty tai seurattu.
- **Ei alle 16-vuotiaille.** Säilytä lasten ulottumattomissa.

! VASTA-AIHEET

- xeroderma pigmentosum, valoihottumat
- raskaus tai imetys
- systeeminen lupus erythematosus
- sädehoito tai arseenihoito
- suvussa melanoomaa
- maksasairaudet
- tyvisolunevusoireyhtymä
- tyvisolusyöpä
- pemfigus
- porfyria
- harmaakaihi
- syöpä
- meneillään oleva PUVA-hoito tai valolle herkistävän aineen käyttö (psoraleeni…)