

کلی هر هفته ۲-۳ جلسه نور درمانی لازم است. طول درمان به نوع فتوتراپی نیز بستگی دارد.

احساس شما در طول نور درمانی (فتوتراپی)

ممکن است احساس گرمی شبیه به آفتاب سوختگی خفیف روی پوست خود داشته باشید. اگر پس از درمان، ناراحتی یا قرمزی شدید یا دردناک پوست داشتید، پزشک می تواند برای شما دارو تجویز کند.

نکات مهم بعد از نور درمانی

- هنگام دریافت نور UV ، اجتناب از نور طبیعی خورشید بسیار مهم است.
- هنگام حضور بیرون از منزل باید از لباس و کرم ضد آفتاب استفاده کنید.
- محافظت از چشمان خود در برابر نور خورشید برای ۲۴ ساعت آینده بسیار مهم است. این کار به شما کمک می کند تا پس از درمان PUVA از بروز آب مروارید پیشگیری کنید.
- آنتی هیستامین ها و سایر داروها ممکن است برای کاهش خارش تجویز شود.

استفاده از کرم ضد آفتاب برای محافظت از گردن، لب ها و پشت دستان در صورتیکه این نواحی نیاز به نوردرمانی نداشته باشد.

استفاده از عینک یا پوشش مخصوص برای محافظت از چشمان شما در برابر نور UV

پوشاندن اندام تناسلی در مردان

استفاده از کرم ضد آفتاب برای نوک پستان و اطراف آن در زنان

مطمئن شوید که پزشک خود را در مورد هر دارویی که در حال حاضر مصرف می کنید مطلع کنید. برخی از داروها، از جمله داروهای بدون نسخه، می توانند خطر عوارض جانبی را افزایش دهند.

طول مدت جلسات فتوتراپی

درمان جلسه اول نور درمانی اول معمولاً بسیار کوتاه است، ممکن است چند ثانیه باشد. بستگی به نوع پوست شما و قدرت نور انتخاب شده توسط پزشک، طول جلسات فتوتراپی متفاوت خواهد بود. درمان به ندرت بیشتر از چند دقیقه طول می کشد. به طور

- فتوتراپی یا نور درمانی از امواج نور برای درمان برخی بیماری های پوستی استفاده می کند. در این روش درمانی پوست برای مدت زمان معینی در معرض اشعه ماوراء بنفش (UV) قرار می گیرد. نور ماورای بنفش در نور آفتاب هم وجود دارد ولی در فتوتراپی از یک منبع مصنوعی نور UV استفاده می شود. هنگامی که نور درمانی با دارویی به نام پسورالن ترکیب می شود، این روش به نام پسورالن (PUVA) شناخته می شود.
- اشعه ماوراء بنفش سلول های سیستم ایمنی پوست را از بین می برد. این عمل می تواند در بیماریهای پوستی که در اثر واکنش بیش از حد سیستم ایمنی ایجاد می شود مانند پسوریازیس، اگزما، ویتیلیگو یا پیسی و ... کمک کننده باشد.

آماده شدن برای فتوتراپی

- از شما خواسته می شود که هر لباسی را که قرار است پوست آن ناحیه تحت درمان باشد را در بیاورید. مناطقی که نیاز به درمان ندارند باید تا حد امکان پوشیده و محافظت شوند. مگر با نظر پزشک برای مواجهه کل پوست باشد.



دانشگاه علوم پزشکی

شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

نوردرمانی (فتوتراپی) و مراقبتهای

آن

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده:

افسون توفیق - کارشناس ارشد پرستاری

تایید کننده:

دکتر مژده سپاس خواه - متخصص پوست و

مو، فلوشیپ درماتوپاتولوژی

منابع:

[https://www.uptodate.com/contents/uv-b-phototherapy-broadband-and-narrowband 2024](https://www.uptodate.com/contents/uv-b-phototherapy-broadband-and-narrowband-2024)

پاییز ۱۴۰۳

EDU-PT318/A

در صورت بروز هر یک از موارد زیر با پزشک خود تماس بگیرید:

- علائم عفونت، از جمله تب و لرز
- قرمزی اطراف ضایعات پوستی
- هر گونه ترشح در ناحیه
- سوزش شدید پوست
- درد یا تاول
- ایجاد علائم جدید