

### **RECOMENDACIONES PARA EL PACIENTE DURANTE LA TERAPIA UVB**

#### **1. Antes de la sesión:**

- Evite emplear tratamientos tópicos para su enfermedad al menos dos horas antes.
- Evite colonias, perfumes, desodorantes, cremas, jabones perfumados o lociones para después del afeitado.
- Cara, labios, axilas, cuello y mamas (en el caso de las mujeres) son especialmente sensibles. Cuando no presente lesiones en estas zonas puede aplicarse crema fotoprotectora antes de salir de casa.
- Si su médico le ha recomendado aplicarse aceite libre de perfume, de forma previa a cada sesión, hágalo en cantidad suficiente pero no excesiva en las lesiones de mayor grosor y con escamas blanquecinas (solo para pacientes con psoriasis).

#### **2. Durante la sesión:**

- Los ojos deben protegerse durante toda la sesión con unas gafas adecuadas. No se las quite nunca durante la misma. En caso de presentar lesiones en párpados consulte con su médico sobre la actitud a seguir.
- Debe proteger la región genital con ropa interior de color negro, preferiblemente tipo tanga y de características similares en todas las sesiones.

#### **3. Después de la sesión y durante el resto del día:**

- Evite o modere la exposición al sol.
- Siga el tratamiento tópico u oral complementario a la fototerapia recomendado por su médico.

#### **4. Durante todo el tratamiento:**

- Notifique a la unidad de fototerapia cualquier nuevo fármaco que le prescriban.
- Consulte cualquier duda o efecto secundario del tratamiento al médico o personal de enfermería.
- Intente acudir a todas las sesiones. Para que la evolución sea adecuada se requiere un buen cumplimiento. Las faltas hacen que el tratamiento sea menos eficaz, más prolongado e incrementa la probabilidad de padecer efectos secundarios.

### **RECOMENDACIONES PARA EL PACIENTE DURANTE LA TERAPIA PUVA**

La terapia PUVA consiste en exponer a la piel a la radiación ultravioleta A (UVA) después de haber tomado un fármaco fotosensibilizante (psoraleno) que tiene como objetivo potenciar los efectos terapéuticos de esta fuente de radiación.

#### **1. Antes de la sesión:**

- Tome los comprimidos prescritos unas dos horas antes, preferiblemente con un vaso de leche, yogur o alimentos grasos, siendo constante en la cantidad de alimento.
- Evite la exposición al sol al menos durante las doce horas siguientes a la ingesta de la medicación. Debe emplear gafas de sol que absorban la radiación ultravioleta y ropa que cubra las partes expuestas.
- Evite emplear tratamientos tópicos para su enfermedad al menos dos horas antes.
- Evite colonias, perfumes, desodorantes, jabones perfumados o lociones para después del afeitado.
- Cara, labios, axilas, cuello y mamas (en el caso de las mujeres) son especialmente sensibles. Cuando no presente lesiones en estas zonas puede aplicarse crema fotoprotectora antes de salir de casa.
- Si su médico le ha recomendado aplicarse aceite libre de perfume, de forma previa a cada sesión, hágalo en cantidad suficiente pero no excesiva en las lesiones de mayor grosor y con escamas blanquecinas (solo para pacientes con psoriasis).

#### **2. Durante la sesión:**

- Los ojos deben protegerse durante toda la sesión con unas gafas adecuadas. No se las quite nunca durante la misma. En caso de presentar lesiones en párpados consulte con su médico sobre la actitud a seguir.
- Debe proteger la región genital con ropa interior de color negro, preferiblemente tipo tanga y de características similares en todas las sesiones.

#### **3. Después de la sesión y durante el resto del día:**

- Evite la exposición al sol, natural o artificial durante las doce horas siguientes a la toma del psoraleno. Si sale al exterior emplee gafas con filtro UV y ropa que cubra las partes expuestas.
- Siga el tratamiento tópico u oral complementario a la fototerapia recomendado por su médico.

#### **4. Durante todo el tratamiento:**

- Notifique a la unidad de fototerapia cualquier nuevo fármaco que le prescriban.
- Consulte cualquier duda o efecto secundario del tratamiento al médico o personal de enfermería.
- Intente acudir a todas las sesiones. Para que la evolución sea adecuada se requiere un buen cumplimiento. Las faltas hacen que el tratamiento sea menos eficaz, más prolongado e incrementa la probabilidad de padecer efectos secundarios.