

**Naha hüperpigmentatsioon** esineb sageli korduvate PUVA protseduuriga. Suurema tõenäosusega tekib isotretinoiini või paiksete D-vitamiini analoogide kasutamisel.

## HILISED KÕRVALTOIMED

**Nahavähi teke** – kuna ravi on mutageenne ja immuunosupressiivne, siis on korduvate raviprotseduuridega (üle 200 protseduuri) võimalik nahavähi teke. Risk on kõrgem, kui esineb I/ II naha fototüüp või kui paralleelselt PUVA raviga kasutate metotreksaati, tsüklosporiini või saate lisaks UVB ravi.

**Naha enneaegne vananemine** – korduvate PUVA protseduuridega seostatakse kortsude ja kortsukeste teket, naha elastsuse kadu, naha kuivust, keratooside ning hüperpigmentatsiooni teket.

### Kasutatud kirjandus:

1. British Association of Dermatologists' and British Photodermatology Group guidelines for the safe and effective use of PUVA therapy 2015.

Ling TC, Clayton TH, Crawley J, Exton LS, Goulden V, Ibbotson S, McKenna K, Mohd Mustapa MF, Rhodes LE, Sarkany R, Dawe RS. Br J Dermatol 2016; 174: 4-55.

2. Ashford and St. Peter`s Hospital; Dermatology Department; Bath PUVA Treatment <https://www.ashfordstpeters.info/leaflets>



Koostanud naha- ja suguhaiguste keskuse dermatoloog-vanemarst dr Karin Hussar.

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn  
[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)

Kooskõlastanud Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
õendus kvaliteedi komitee 21. märtsil 2019. a.

# PUVA PROTSEDUUR

## MIS ON PUVA RAVI

### PUVA= psoraleen + UVA-kiirgus

Kunstlik valgusallikas UVA-kiirgus on efektiivne ravi-meetod mitmete raskete nahahaiguste raviks, mida nahaarstid on laialdaselt kasutatud juba üle 100 aasta. PUVA ravi käigus kombineeritakse UVA-kiirgust ravimiga metoksporsoraleen (8-MOP), mis muudab naha UVA-kiirguse suhtes tundlikumaks ja ravi efektiivsemaks.

PUVA ravi määramisel arvestab arst mitmete fakto-ritega: patsiendi naha fototüübiga, vanusega, eelnevalt saadud ja käesoleva raviga jms.

## PROTSEDUUR

Sõltuvalt diagnoosist määratakse Teile 15–35 PUVA protseduuri. Protseduur teostatakse tavaliselt regulaarselt ühel ja samal kellaajal kaks kuni kolm korda nädalas.

PUVA-vanni protseduur toimub õe järelevalve all. Raviprotseduuri käigus olete Te esmalt 15 minutit vannis, kus soojas (38°C) vannivees on lahustatud psoraleen.

- Vannis olles liigutage ennast ja hoidke ka vannivesi liikumises, et vältida toimeaine settimist ja sellest tulenevat nahaärritust.
- Kui mõni kehapiirkond ei ole vees, siis saate seda ise veega üle valada.
- Kui vannivesi satub silma, kuivatage silmad kohe- selt käterätikuga.
- Kui ka nägu vajab ravi, siis pühkige nägu õrnalt vannivees niisutatud käterätikuga.
- Pärast vanni kuivatage nahk õrnalt, vältige hõõrumist.

Vannile järgneb UVA protseduur UVA kabiinis. UVA kabiini seinad on ümbritsetud fluorestsents-lampi- dega ja protseduuri ajal seisate Te püsti. Esimesel raviseansil toimub nn ravi talumise testimine ja ravi- takse ainult väga väikest piirkonda nahal. Esimesed UVA protseduurid kestavad ainult mõned sekundid. Raviaeg pikeneb järk-järgult viieteistkümne minutini. Silmade kaitseks kasutatakse kaitseprille.

## MIDA PEAB VEEL TEADMA

- Pärast protseduuri on soovitatav ennast veelkord kodus duši all pesta, et eemaldada nahalt võimalikud psoraleeni jäägid. Kuivatage nahka õrnalt puh- ta rätikuga.
- PUVA-vanni protseduur kuivatab nahka. Kuiv ja ketendav nahk muudab ravi vähem efektiivseks. Kasutage vähemalt kaks korda päevas niisutavat baaskreemi, mida saate osta apteegist. Kreemid ei tohi sisaldada paikseid hormoone, tõrva, õlisid, A- ja D-vitamiini.
- Kaitske ennast päikesevalguse eest, k.a läbi akna- klaasi tuleva päikesevalguse eest 5 tundi pärast protseduuri. Selleks katke vannis olnud kehapiir- konnad: kandke pikkade varrukatega pluuse, pikki pükse ja sokke, kaitske nägu, kaela ja labakäsi päi- kesekaitsekreemiga (SPF 50). Päikeseprillide kand- mine pärast protseduuri ei ole vajalik.
- Ravi ajal ärge päevitage ega kasutage solaariumi.
- Informeerige raviarsti või õde kõikidest tarvitava- test ja planeeritavatest ravimitest.
- Vältige selleri, pastinaagi ja viigimarjade söömist vähemalt kaks tundi enne raviprotseduuri, kuna need sisaldavad fotosensibiliseerivaid aineid.
- Vältige ravi ajal kosmeetilisi protseduure, mis muu- davad naha valgusele tundlikumaks, nt naha koori- mine, lihvimine jms.

## KÕRVALTOIMED

Enamasti mööduvad kõrvaltoimed protseduuri järg- selt paari päevaga iseenesest või baaskreeme kasu- tades.

**Naha punetus** (erüteem) – mõnikord võib protse- duuri järgselt tekkida päikesepõletuse sarnane naha punetus. Kui punetus päeva jooksul intensiivistub, võib kasutada paikseid hormoonkreeme ning prot- seduurid tuleb kuni naha paranemiseni katkestada. Väga harva tekib äärmiselt intensiivne naha punetus kuni villide tekkimiseni. Informeerige sellest kindlasti protseduuri teinud õde (telefon 617 2974). Sellisel juhul tuleb Teie UV-kiirguse doosi kohandada.

**Naha kuivus** võib ravi järgselt kesta kuni 4 nädalat, kasutage nahka niisutavat baaskreemi vähemalt kaks korda päevas. Naha kreemitamine on osa raviprotseduurist.

**Naha mädapõletik** (follikuliit) ei põhjusta tavaliselt olulist ebamugavust, ei vaja eraldi ravi ega protse- duuride katkestamist. Ennetamiseks määrige nahka niisutavate baaskreemidega.

**Herpesviiruse infektsioon** – kui Teil on varasemalt esinenud „külmavillid“, siis võib ravi käigus tekkida haiguse ägenemine. Kasutage raviprotseduuride ajal päikesekaitsefaktoriga huulepulka, mille saate osta apteegist. Vajadusel võib raviarst määrata Teile ka profülaktilise ravikuuri atsükloviiriga.

**Naha üldine päikesetundlikkus** (fotosensitiivsus) – kui Teil on varasemalt diagnoositud päikese põhjusta- tud või päikese käes ägenev nahahaigus (fotoderma- toos), võib tekkida haiguse ägenemine.

**Naha sügelemine** kestab tavaliselt protseduuri järg- selt mõned päevad. Kasutage sügelemist leevenda- vaid baaskreeme. Soovitatav on hoida kreemi külm- kapis, kuna külm kreem annab lisaleevenduse.