

## فتوترپی یا نور درمانی

- فتوترپی یا نوردرمانی عبارتست از درمان بیماریها توسط تابش نور ماوراء بنفش که یکی از روشهای مهم درمانی در بیماریهای مختلف پوستی محسوب می شود.
- فتو ترپی استفاده درمانی از تابش ماورای بنفش به پوست پس از مصرف موضعی یا خوراکی داروی حساس کننده به نور و یا بدون مصرف هیچ ماده ای ، در بیماریهای پوستی میباشد .
- جزء ماوراء بنفش نور خورشید با طول موج بین ۲۹۰-۴۰۰ نانومتر اثرات متعددی بر روی پوست انسان دارد که از دو عملکرد آن جهت درمان بیماریهای پوستی استفاده می شود اثر اول آن تحریک و تکثیر سلولهای رنگدانه ساز پوستی ، می باشد
- دیگر اثر مفید آن تنظیم و مهار سیستم ایمنی پوستی ( که در ایجاد تعداد زیادی از بیماریهای پوستی دخیل است ) می باشد.

## کاربرد نور درمانی

- فتوترپی در درمان پسوریازیس ، اگزما ، برص ، لیکن پلان ، طاسی منطقه ای، لنفوم، اسکرودرمی لوکالیزه ، و بسیاری از بیماریهای التهابی پوست اثر بخشی دارد .

## پسورالن

- داروی حساس کننده به نور با منشا گیاهی است که به خودی خود آثار درمانی ندارد ولی پس از مصرف خوراکی یا موضعی آن و تابش نور ماورای بنفش به پوست اثرات درمانی مفیدی ظاهر خواهد شد

## نحوه مصرف دارو

- همه قرص های متوکسالن باید ۱/۵-۲ ساعت قبل از ورود بیمار به اتاقک یکجا مصرف شوند .
- بیمار باید ۱۵-۳۰ دقیقه قبل از تابش نور محلول متوکسالن را به پوست خود بمالد و یا در وان محتوی محلول قرار گیرد و بعد وارد اتاقک شود و پس از اتمام نوردرمانی باید محلول از سطح پوست شسته شود .
- مدت تابش نور در جلسات اول معمولاً بین ۳۰ ثانیه تا چند دقیقه خواهد بود عموماً بیماران به ۲-۳ جلسه در هفته نیاز دارند .



## عوارض جانبی

- تهوع و استفراغ در ۱۰٪ بیماران دیده میشود برای کاهش آن میتوان مقدار دارو را به دو بخش تقسیم نموده و به فاصله نیم ساعت از هم و همراه با شیر یا غذا میل نمود ، اگر باز هم احساس تهوع وجود داشت میتوان نیم ساعت قبل از مصرف متوکسالن ، متوکلوپرامید مصرف نمود .

## عوارض شایع نوردرمانی

- قرمزی پوست :
- قرمزی مختصر طبیعی بوده و نشانه اثر درمانی است .
- تیرگی پوست :
- واکنش طبیعی در برابر نور میباشد که پس از توقف درمان برطرف خواهد شد.

- سردرد ، سرگیجه ، دردهای عضلانی :

از جمله عوارض ناشایع و موقتی هستند که با مسکن معمولی برطرف میشود .

## توجه

- در صورت حاملگی ، شیر دهی ، سابقه حساسیت شدید به نور آفتاب ، سابقه ابتلا به سرطان پوست ، سابقه تماس با آرسنیک یا اشعه X ، سابقه بیماری کلبوی یا کبدی ، سابقه تب خال های مکرر و بیماریانی که در محیط های بسته دچار اضطراب میشوند باید قبل از نوردرمانی پزشک خود را مطلع کنند .

## احتیاط های لازم در نور درمانی

- نوردرمانی باعث خشکی پوست و خارش میشود لذا استفاده از مرطوب کننده یا لوسیون های طبی یا روغن حمام پس از نوردرمانی توصیه میشود.
- به دلیل ایجاد حساسیت توسط مواد آرایشی و عطرها ، اسپری ها و دتورانت قبل از نوردرمانی استفاده نشود .
- در مورد عدم درگیری صورت در تمام مدت نور درمانی توسط حوله مرطوب پوشانده شود از ضد آفتاب مناسب هم استفاده گردد .
- در جریان درمان با نور A به اضافه قرص در اتاقک تابش و نیز در ۸ ساعت اول پس از نوردرمانی حتی در محیط سر بسته هم حفاظت از چشمها با عینکهای مخصوص ( UVA بلوکر) با قاب پهن به گونه ای که نور از کنار هم به چشم نتابد ضروری است
- تا ۲۴ ساعت نیز هر گاه از منزل خارج شوید باید عینک به چشم داشته باشید .



یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

## خود مراقبتی در

## نوردرمانی

کد محتوا: ۲۴۲

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

فقط مناطقی از پوست که درگیر است در معرض نور قرار گیرد و بقیه ی نواحی پوشانده شود .

در صورتیکه بیمار پس از نوردرمانی دچار سوختگی ، قرمزی پایدار بیشتر از ۲۴ ساعت و قرمزی دردناک و تاول شود جلسه بعد نوردرمانی را انجام نداده و به پزشک مراجعه نماید

نوشیدن چای سبز به دلیل دارا بودن مواد محافظ سولها در برابر تشعشع در روز نوردرمانی توصیه میشود .

در صورتیکه پس از مصرف متوکسالن خوراکی تهوع و استفراغ و سرگیجه بوجود آید حالت نشسته داشته باشید و مایعات حاوی املاح بنوشید مثل آب میوه های طبیعی

۸ تا ۱۲ ساعت پس از نوردرمانی باید رنگ ناحیه صورتی کم رنگ باشد و تا ۱۰-۱۲ ساعت طول بکشد .

تهیه کننده :خانم نکویی "کاردان اتاق عمل "

مشاور علمی:دکتر علی اصیلیان "متخصص پوست "

طراحی و تدوین : محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت "

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهر(س) تیرماه ۱۳۹۹



از ۲۴ ساعت قبل و ۴۸ ساعت بعد از هر جلسه نوردرمانی از گرفتن حمام آفتاب خودداری کنید .

از مصرف داروهای متفرقه نظیر گریزوفلووین ، فنوتیازین ، تتراسیکلین ، سولفونامید و تیازید در طی دوره های فتوتراپی خودداری کنید .

از مصرف خودسرانه هرگونه کرم حاوی تاروآنترالین و یا صابونهای ضد باکتری خودداری کنید .

بیماران باردار برای استفاده از نور B ممنوعیت دارند و این نور برای مادر و جنین خطرناک نمی باشد .

بیماران باید در طول تمام جلسات نوردرمانی از یک نوع پوشش ثابت استفاده کنند زیرا اگر منطقه ای از پوست که در جلسات قبلی پوشیده بوده در معرض نور قرار گیرد ممکن است دچار سوختگی شود .

جلسات نوردرمانی باید به صورت منظم و بدون غیبت انجام شود در صورتی که بیماری منظم مراجعه نکرده است باید به منظور تنظیم دوز نوردرمانی به مسئول مربوطه اطلاع دهد .

اگر بیماری ضایعه روی پلک خود دارد در موقع نوردرمانی چشمان خود را بسته نگه دارد .

تمام آقایان در طول مدت نوردرمانی باید ناحیه تناسلی خود را پوشیده نگه دارند و باید از لباس زیر تیره و چسبان استفاده شود و اگر ضایعات روی سرین باشد بیمار باید از بیضه بند ورزشی با رنگ تیره استفاده کند .

