



Sinulle on varattu aika ihotautien poliklinikalle ihomuutoksen hoitamiseksi keinopäivänvalolla. Hoitopäivän vietät poliklinikalla ja siihen on varattu aikaa yleensä 3-4 tuntia.

Hoidon aluksi hoidettava ihoalue esikäsitellään. Tämän jälkeen hoidettavalle alueelle levitetään lääkevoide. Keinopäivänvalohuoneeseen siirrytään 30 min kuluttua lääkevoiteen levityksestä.

Hoitoaika keinopäivänvalohuoneessa on 2 tuntia. Hoidettavan alueen pitää olla valoa kohti koko hoidon ajan. Pue tai ota mukaasi sellaiset vaatteet, joista on helppo paljastaa hoidettava ihoalue. (esimerkiksi shortsit jos hoidettava alue on sääressä)

Hoidon aikana voit esimerkiksi käyttää puhelinta tai lukea kirjaa, kunhan ne eivät peitä tai varjosta hoidettavaa ihoaluetta.

Valohoidon aikana voit käydä pikaisesti WC:ssä (enintään 15 min ajan). Suositellaan kuitenkin käymään WC:ssä ennen keinopäivänvalohuoneeseen siirtymistä.

Keinopäivänvalo on tavallista ja vaaratonta ns. valkoista valoa. Valo on voimakasta ja voi häikäistä. Aurinkolasien käyttöä suositellaan, ellei aurinkolasit peitä hoidettavaa aluetta. Jos sinulla on omat aurinkolasit, ota ne mukaasi. Tarvittaessa saat lasit myös ihotautien poliklinikalta.

Hoidon jälkeen

Pese hoitovoide pois vedellä heti hoitoajan päätyttyä.

Levitä aurinkovoidetta hoidetulle alueelle. Jos hoidettu alue on kasvoissa, levitä aurinkovoidetta koko kasvojen alueelle ja korvalehtiin. Aurinkosuojavoiteen saat hoitajalta.

Huolellinen aurinkosuojaus on erittäin tärkeää seuraavat 48 tuntia (= auringonvalon välttäminen, päähineen, suojaavan vaatetuksen ja aurinkovoiteen suojakertoimella 50+ käyttäminen).

Hoitoalue kuivuu ja saattaa rupeutua hoidon jälkeen muutamassa päivässä. Vesipesu ja perusvoitelu ovat tällöin suositeltavaa. Perusvoiteesta saat tarkemmat ohjeet hoitajalta.

Ruuet irtoavat 1-2 viikon kuluessa, jonka jälkeen iho on ohut, punoittava ja herkkä palamaan auringossa. Jatka hoidetun alueen huolellista suojaamista auringolta.