



患者及照护者教育

## 关于光疗程序

本信息将介绍什么是光疗，以及医疗程序前、医疗程序期间和医疗程序完成之后的预期情况。

光疗的目的是减少皮肤细胞的生长，治疗皮肤炎症（肿胀）。光疗又称光照疗法，通过将紫外线 (UV) 照射到皮肤上来实现这一目的。

光疗可用于治疗一些皮肤病，包括：

- 银屑病，即皮肤上出现凸起的红色鳞屑斑块
- 白癜风，即皮肤上出现脱色斑块
- 湿疹，即一种使皮肤发红发痒的疾病
- 扁平苔藓，即皮肤上的小肿块
- 皮肤 T 细胞淋巴瘤（一种淋巴瘤，表现为皮肤上的斑块或鳞屑）
- 皮肤瘙痒

## 光疗的作用原理

光疗使用紫外光线，这种光线也存在于阳光中。光疗也可与其他外用疗法（应用于皮肤的疗法）配合使用。

光疗可用于人体的某个部位。如果有超过 5% 的皮肤受到影响，也可以在全身使用。

光疗主要有 2 种类型：

- 紫外线 B (UVB)
  - 紫外线 B 光疗有两种类型，包括宽带和窄带 (NB-UVB)。NB-UVB 发出的紫外线波长较短。
- 补骨脂素-紫外线-A (PUVA)
  - 这种疗法使用 UVA 光线和一种名为补骨脂素的口服药物，补骨脂素会使皮肤对光更加敏感。

## 光疗之前

医生将判断光疗对您是否安全。为此，他们将采取以下措施：

- 对您的全身皮肤进行皮肤检查。他们还会询问您对阳光的反应。
- 向您询问皮肤癌和光敏性疾病的个人和家族病史。这些疾病会导致皮肤对阳光更加敏感。
- 询问您是否处于妊娠期或哺乳期。

请告知医生您当前正在服用的药物。其中包括贴剂、乳膏、草药补充剂和无需开具处方即可购得的非处方药。某些药物会让您的皮肤对 UV 光线更加敏感。例如维 A 酸类药物（包括维 A 酸）、某些抗生素和抗癌药物。

如果您要接受 PUVA 光疗，在开始前必须去看眼科医生，进行眼部

检查。

## 制定光疗计划

光疗将在当地的皮肤科医生办公室进行。

如果您需要长期治疗，可以与当地的皮肤科医生商讨在家进行光疗的相关事宜。

### 在皮肤科医生办公室进行光疗

MSK 不提供这项医疗程序。如果您要在医生办公室接受光疗，您必须找到一位当地的皮肤科医生来进行此医疗程序。

我们可以向您推荐皮肤科医生。如果他们不接受您的医疗保险，您可以在 [www.psoriasis.org/health-care-providers/physicians-directory](http://www.psoriasis.org/health-care-providers/physicians-directory) 或 [www.aad.org/for-the-public](http://www.aad.org/for-the-public) 上找到皮肤科医生。您的医疗保健提供者也可以通过 [www.aad.org](http://www.aad.org) 网站为您提供可在其诊室进行光疗的皮肤科医生名单。

您的皮肤科医生会向您解释需要做什么，以及光疗的持续时间。

请向 MSK 皮肤科医生提供您当地皮肤科医生的信息。您可以通过 MSK MyChart（我们的患者门户网站）向 MSK 皮肤科医生发送信息，或致电其办公室。

### 在家接受光疗

如果您在家接受光疗，您需要一台家用光疗机。您的医生办公室将向负责提供光疗机的公司发送信息。您还会收到使用说明。

有关家用光疗机和供应公司的更多信息，请访问

[www.psoriasis.org/about-psoriasis/treatments/phototherapy/uvb/home-equipment](http://www.psoriasis.org/about-psoriasis/treatments/phototherapy/uvb/home-equipment)

根据所用的家用光疗机类型，您需要：

- 填写家庭光疗患者订购单和其他所需表格。您可以从为您开具光疗处方的医生处获得此类表格。
- 医生处方，包括治疗类型和剂量。

您将在家中接受光疗，大约 \_\_\_\_\_ 次，持续 \_\_\_\_\_ 周。

## 在家自己进行光疗

- 每次治疗前 24 小时（1 天）内不要涂抹乳液或保湿剂。
- 每次治疗都需要以下用品：
  - 护目镜。您可以从光疗机的供应公司处获得。
  - 家用光疗机。
- 如果您只对身体的某些部位进行光疗，请确保您遮盖了所有其他部位。您可以使用衣服或防晒霜进行遮盖。这样可以防止皮肤被灼伤。如果您对遮盖身体有任何疑问，请咨询医疗保健提供者。
- 请按照医疗保健提供者的指示，在每次治疗期间佩戴护目镜。佩戴护目镜有助于防止视力受损。
  - 如果接受治疗的部位为眼睑，则无需佩戴护目镜。在整个治疗过程中，请务必闭上眼睛。
- 光疗机制造商将为您校准（预设）光疗剂量。

- 在治疗过程中，请与设备保持正确的距离。医生或家用光疗机说明书将为您提供正确的距离。
- 按照医生的指示，将患处皮肤暴露在光疗灯下。

## 光疗之后

- 您的皮肤可能会发红、瘙痒或有灼烧感。这些都属于光疗的正常副作用。
- 光疗会使皮肤干燥。每天至少涂抹一次 Aquaphor<sup>®</sup> 或 Cetaphil<sup>®</sup> 等不含香料的保湿剂，对皮肤进行保湿。
- 可能需要 6 到 8 次治疗，皮肤才会开始好转。有些患者可能需要 2 个月才能看到改善。

## 随访

- 您可能需要与管理您的皮肤情况的皮肤科医生进行后续随访。此外，可能还需要与眼科医生和 MSK 医生安排后续随访。
- 请询问医生应在何时安排这类预约。

## 何时电话联系您的医疗保健提供者

如果出现以下任何一种情况，请您联系您的医疗保健提供者：

- 发热达 100.4°F (38 °C) 或更高
- 发冷
- 皮肤出现起泡、开裂、引流液或皮疹
- 治疗后患处出现一个或多个新发病变。这类病变是指与周围皮

肤不一样的皮肤增生或斑块。

- 流感样症状，例如：
  - 头痛或全身疼痛
  - 疲乏（感觉比平时更疲倦或更虚弱）
  - 恶心（想要呕吐的感觉）
  - 呕吐
  - 腹泻（稀便或水样便）
  - 咳嗽
  - 咽喉疼痛
  - 流鼻涕或鼻塞
- 皮肤上的任何开放部位，包括切口、裂口、起泡、烧伤或溃疡
- 受治疗皮肤处发红，持续时间超过 24 小时

## 资源

美国皮肤病学会

[www.aad.org](http://www.aad.org)

美国国家银屑病基金会

[www.psoriasis.org/about-](http://www.psoriasis.org/about-)

[psoriasis/treatments/phototherapy/uvb/home-equipment](http://www.psoriasis.org/about-)

[www.psoriasis.org/about-psoriasis/treatments/statement-on-tanning-beds](http://www.psoriasis.org/about-)

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。医疗团队成员将在周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 给与回复。如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。随时有值班医生或护士为您提供帮助。如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

About Your Phototherapy Procedure - Last updated on January 31, 2025  
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利