



POLIMORFNA SVETLOBNA ERUPCIJA = "ALERGIJA NA SONCE"

Kaj je namen izvlečka?

Namen izvlečka je razložiti nastanek bolezni, razložiti kako zdravnik postavi diagnozo, kako bolezen zdravimo in kako si lahko pomagata sami.

Kaj je polimorfna svetlobna erupcija?

Svetlobna erupcija pomeni, da se pojavi po izpostavitvi soncu. "Polimorfna" pa pomeni, da ima več pojavnih oblik. Od papul, plakov, makul vse do mehurjev. Značilno je, da se pojavi do nekaj dni po izpostavitvi soncu. Je pogosta bolezen, prizadene kar 10% splošne populacije. Večinoma nastopi v spomladanskem čas.

Kaj povzroča polimorfno svetlobno erupcijo?

Izpostavitve soncu, ki je lahko poljubno dolga, izpostavitve, ki traja samo 20 min je lahko dovolj za njen izbruh. Pomembno je vedeti, da jo lahko povzroči tudi svetloba, ki prehaja skozi vetrobransko steklo. Polimorfno svetlobo povzroča UVA svetloba, in sodi med preobčutljivostne reakcije poznega tipa.

Pri večini pacientov se pojavi po prvi izpostavitvi soncu, to je spomladi, ko je sonce najbližje zemlji v zenitu (med marcem in majem mesecem) in takrat tudi najbolj intenzivno. Koža takrat tudi še ni vtrjena na sončne žarke, zato ponavadi prtoti koncu poletja polimorfne erupcije v naših ambulantah ne srečamo več tako pogosto. Seveda pa pojavljanje PSE zavisi tudi od tega kako dolgo smo se soncu izpostavljali. Ko je koža proti koncu poletja bolj utrjena, je potrebno več časa, da izpuščaj ponovno izovemo. Predeleksijska mesta so tista, ki so bila preko zime pokrita. Če izpostavljanje soncu prekinemo, sama od sebe izzveni v tednu dni. Če se še naprej izpostavljamo soncu, se izpuščaj poslabša, spremembe pa širijo.

Se deduje?

Se ne deduje, oz je dedovanje bolezni poligeno.

Kakšni so simptomi?

Lahko srbi ali peče.

Kakšni so znaki?

Bolezen se lahko kaže v blagi ali hudi obliki.

Izpuščaj je simetričen, večinoma pa prizadene področja, ki so preko zime pokrita. To so trup in zgornje okončine. Obraz in hrbtišča rok so redko prizadeta.

Spremembe od osebe do osebe varirajo. Pri obolelih se vedno pojavlja izpuščaj v isti obliki, med posamezniki pa se ta lahko zelo razlikuje. Pri nekaterih se kaže kot drobne urtikarielne sprembe pri drugi pa kot eritem z buloznimi spremembami. Značilno je, da na koži ne pušča brazgotin.

Kako postavimo diagnozo?

Diagnozo postavimo klinično in anamnestično. Če smo v dvomih, se lahko poslužimo fototestiranja. Z dodatnimi testi izključimo tudi druge dermatoze, npr. lupus eritematosus ter porfirijo cutaneo tarda.

Je ozdravljiv?

Polimorfne svetlobne erupcije ne moremo pozdraviti. Jo pa lahko preprečujemo z izogibanem soncu in dobro zaščito. Včasih z leti bolezen izzveni.

Kako poteka zdravljenje?

Ob izbruhu lahko kožne pojave umirimo s kortikosteroidnimi kremami/mazili. Blage oblike polimorfne svetlobne erupcije preprečujemo z zaščito pred soncem in ukrepi, ki jih navajamo pod vprašanjem "Kaj lahko sami naredimo".

V primeru, da se polimorfna svetloba izraža v hujši obliki, je smiselno fotovtrjevanje, ki se izvaja v zimskih mesecih do začetka spomladi (februarja) z naraščajočo intenziteto ultravijoličnega obsevanja. Fotovtrjevanje je potrebno ponavljati vsako spomlad.

Pri redkih posameznikih, pri katerih se kljub zgoraj naštetim ukrepom nismo dosegli izboljšanja na koži, poskusimo s hidroxychloroquine tabletami v nizkih odmerkih, ki jih pacient dvigne na recept v Italiji. Za krajše obdobje lahko poskusimo s peroralnimi kortikosteroidi, npr. v času letovanja na morju.

Kaj lahko sami naredimo?

Držite se varovalnih ukrepov, zaščitite pred soncem. V primeru, da sumite, da imate "alergijo na sonce" obiščite dermatologa.

Zaščita pred soncem:

1. med 11 in 15 uro se izogibajte soncu.
2. Izbirajte zaščitni faktor, ki vsebuje UVB zaščito SPF (30-50) in UVA zaščito s 4-5 zvezdicami. Nanesite zadostno količino kreme in nanose ponavljajte na 2 uri ter vsakič po kopanju.
3. Zaščitne kreme ne nadomestijo sence, pokrivala in zaščitne obleke.
4. Redno spremljajte znamenja, če ste opazili, da se je katero od znamenj spremenilo, o tem obvestite osebnega zdravnika. Če zdravnik oceni, da je znamenje potencialno nevarno, obiščite dermatologa.
5. V primeru, da se popolnoma izogibate soncu, je morda smiselno vitamin D nadomeščati, saj popolno izogibanje soncu lahko privede do pomanjkanja vitamina D in posledično osteopenije/osteoporoze.