

Luis in je haar? Kammen maar!

Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo, vooral onder kinderen. Controleer dus vaak en grijp meteen in als u hoofdluis ontdekt. Kammen met een speciale kam is de beste manier.

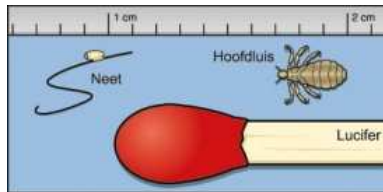


Hoe krijg je hoofdluis?

Hoofdluis heeft niets te maken met wel of niet schoon zijn. Het kan iedereen overkomen. Luizen zijn overlopers. Ze wandelen van hoofd naar hoofd. Of ze gaan via jassen, knuffels of mutsen op zoek naar bloed om zich te voeden. De hoofdluis zoekt graag een warm plekje op: achter de oren, in de nek of onder een pony bijvoorbeeld. Kinderen lopen de meeste kans hoofdluis te krijgen, omdat ze bij het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken. Rijen jassen aan de kapstok op school maken het de luis extra makkelijk een prooi te vinden.

Hoe herkent u hoofdluis?

Hoofdluis veroorzaakt meestal jeuk, maar niet altijd. Het is aan te raden uw kind regelmatig op hoofdluis te (laten) controleren. Als u het haar met een netenkam of luizenkam doorkamt boven een vel wit papier, kunt u zien of er luizen uit vallen. Het zijn grijsblauwe of, nadat ze bloed opgezogen hebben, roodbruine beestjes van een paar millimeter groot. Hun eitjes, neten, zijn witte stipjes die op roos lijken. Alleen zit roos los, terwijl neten juist aan het haar vastkleven.



Hoofdluis heb je niet alleen

Hoofdluis is enorm besmettelijk. Als uw kind hoofdluis heeft, controleer dan meteen alle gezinsleden. Meld het bovendien op school, bij de kinderopvang, op clubjes, bij vriendjes, opa's en oma's. Laat kinderen geen kammen, borstels, mutsen, hoofddoekjes, jassen en haarspeldjes met elkaar delen. Zorg dat er op de kapstok genoeg ruimte tussen de jassen is. Een speciale luizencape of plastic zak om de jas is nog beter.

Behandeling

Als u hoofdluis ontdekt, is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Want zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis erg besmettelijk.

Behandeling: kam gedurende 14 dagen het haar elke dag met een netenkam.

Hoe doet u dat?

- Was het haar met gewone shampoo en spoel het uit.
- Doe crèmespoeling in het haar en kam eerst met een gewone kam de klitten weg.
- Kam dan met de netenkam al het hoofdhaar, pluk voor pluk, vanaf de haarwortel. Begin bij het ene oor en pak na elke kambeweging een pluk in de richting van het andere oor.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan keukenpapier.
- Spoel de crèmespoeling uit en maak de kammen schoon. U kunt ze 5 minuten uitkoken of ontsmetten met alcohol (70%).



Pak ook de omgeving aan

Zorg ervoor dat de hoofdluis niet alleen weg is maar ook weg blijft. Neem de volgende maatregelen op de eerste dag van de behandeling (het kammen dus) en 7 dagen later nog een keer.

- Was kleding, beddengoed, jassen, dassen, mutsen, verkleedkleding, knuffels etc. minimaal 10 minuten op ten minste 60°C. Het gaat om spullen die tot 48 uur voor de behandeling gebruikt zijn. In plaats van wassen kunt u de spullen stomen of 48 uur buiten luchten. Een andere mogelijkheid is om ze 24 uur in de diepvries te leggen of 48 uur te bewaren in een afgesloten zak bij kamertemperatuur. Dan leven de luizen niet meer.
- Vergeet ook niet om borstels en kammen goed schoon te maken.
- Stofzuig (auto)stoelen, banken, matrassen en kussens grondig en gooi de stofzuigerzak weg.

Anti-hoofdluismiddelen

Kammen heeft de voorkeur, maar als u na twee weken nog levende luizen vindt, kunt u het kammen combineren met een antihoofdluis-middel. GGD Fryslân adviseert *Prioderm* lotion of *XT-luis*.

Prioderm is een product op basis van malathion. Het kan zijn dat de hoofdluis resistent wordt tegen dit middel. Dan kunt u XT-luis gebruiken waar de stof dimeticon in zit. Daar kan hoofdluis niet resistent tegen worden.



Luis in je haar?
Kammen maar!