

HOOFDLUIS: Hoe en wat?

Wat zijn luizen en neten?

Luizen zijn kleine grauwe diertjes, tot ongeveer een speldenknop groot, die leven van mensenbloed. Nadat zij bloed hebben gezogen zijn zij rood van kleur. Op warme plekjes van het hoofd leggen ze eitjes (neten) die ze vastplakken aan een haar, vlak bij de hoofdhuid. Je kunt de neten vinden achter de oren, in de nek en onder de pony. Neten hebben een wit-gele kleur en lijken op roos. Maar neten zitten vastgekleefd aan het haar. Na een paar dagen komt uit de neet een luis tevoorschijn. Deze luis kan na ongeveer 10 dagen ook weer eitjes (neten) leggen. Zo neemt het aantal luizen op een hoofd snel toe. Je krijgt dan vaak jeuk.

Hoe kom je aan luizen?

Hoofdluizen verplaatsen zich lopend. Ze lopen van het ene hoofd naar het andere. Als kinderen met elkaar spelen komen ze vaak met hun hoofdjes dicht bij elkaar. De luizen kunnen dan overlopen. Vandaar dat vooral kleine kinderen makkelijk hoofdluis krijgen.

Hoofdluis komt in de beste families voor

Iedereen kan hoofdluis krijgen. Luizen hebben juist een voorkeur voor schoon gewassen hoofden. Dus het is niet waar dat luizen alleen voorkomen bij onverzorgde mensen.

Wat kun je doen om hoofdluis te voorkomen?

Eigenlijk kun je niet voorkomen dat hoofdluizen van de een naar de ander overlopen. Je kunt alleen zorgen dat de luizen niet blijven zitten en zich vermeerderen. De beste manier hiervoor is regelmatig kammen met een stofkam. Dit kun je iedere week doen en indien er op school hoofdluis voorkomt, een periode, iedere dag.

Kun je je kind alvast behandelen met bestrijdingsmiddel om te voorkomen dat het hoofdluis krijgt?

Nee, het is niet goed om te behandelen als er geen hoofdluis zit. De hoofdhuid wordt hierdoor onnodig geïrriteerd. Het is in zo'n geval beter om het haar met de stofkam goed uit te kammen.

Tot slot. .

Heb je nog vragen, dan kun je altijd contact opnemen met de coördinator van de luizencommissie, de schoolarts of doktersassistente van de GGD.

"5 stappenplan" bij HOOFDLUIS

Welke methode is de beste?

Er zijn 2 methoden om hoofdluis te behandelen:

1. Nat Kam methode
2. Behandelingen van het haar met een chemisch of fysisch bestrijdingsmiddel;

Het voordeel van de natkam methode is dat het goedkoop is en dat je geen schadelijke middelen gebruikt. Het nadeel is dat het erg arbeidsintensief is, en dat de kans dat je een luis over het hoofd ziet (en weer opnieuw moet beginnen) groot is.

Chemische of fysische antihoofdluismiddelen koop je bij de drogist of apotheek. Chemische bestrijdingsmiddelen werken op basis van Malathion of Permetrine, ze vergiftigen de luis. Deze middelen zijn reeds lange tijd op de markt. Daarnaast zijn er sinds enige tijd in Nederland nieuwe antihoofdluismiddelen beschikbaar met als werkzaam bestanddeel Dimeticon (een silicoonachtige stof). Dimeticon heeft een fysische werking: bij een behandeling kapselt het polymeer de luis hermetisch in, waardoor deze door een tekort aan zuurstof sterft. Evenals de natkammethode leidt deze behandeling niet tot resistentieontwikkeling.

Van overige methoden, bv etherische oliën, elektrische luizenkam is de werking niet aangetoond. Deze worden dan ook afgeraden.

Stap 1 - Voorbereiding

Kies voor de natkam methode of voor een bestrijdingsmiddel. Zorg dat je de gewenste producten in huis hebt, of haalt. Zorg dat je sowieso een netenkam in huis hebt. Controleer het hele gezin. Kam boven een wit vel of de wastafel. Het verschil tussen dode en levende neten is soms moeilijk te zien. Nieuwe (pas gelegde) neten zitten vlakbij de hoofdhuid aan de haren geplakt. Dode (lege) neten groeien mee met het haar en zitten verder van de hoofdhuid verwijderd.

Stap 2. - Behandelen

Als je voor een bestrijdingsmiddel gekozen hebt:

Behandel de besmette gezinsleden met het middel, conform de instructies in de bijsluiter.

BEHANDEL NIET PREVENTIEF MET LOTION TEGEN HOOFDLUIS! Dit werkt resistentie in de hand.

Bij de natkam methode:

Was het haar met gewone shampoo en spoel het haar uit. Breng vervolgens ruim crèmespoeling in het haar en spoel dit NIET uit.

Stap 3 - Kammen

Kam het haar eerst goed door met een gewone kam. Kam vervolgens alle luizen en neten uit het haar met een goede netenkam. Dit is een onmisbaar onderdeel van elke behandeling.

Lukt het niet de neten in 1 keer uit te kammen, maak dan het haar nogmaals nat met een mengsel van warm water met azijn, dan laten de neten beter los.

Je kunt de neten het beste uit het haar verwijderen door de haren met neten weg te knippen, of tussen de nagels de neten van het haar trekken.

Om alle haren te kammen zijn minstens dertig slagen nodig, dat kost al gauw meer dan twintig minuten, afhankelijk van de bos haar.

Maak de luizenkam na gebruik van elk gezinslid steeds grondig schoon. Dit kan het beste gebeuren door de kam 1 minuut in water uit te koken.

Stap 4 – informeer je omgeving

Waarschuw de school, dan kunnen ook andere ouders weer extra opletten. Waarschuw ook de ouders/verzorgers van vriendjes/vriendinnetjes, een logeetje, sportverenigingen etc. zodat daar ook gecontroleerd kan worden.

Stap 5 – Blijf alert

Blijf de eerste 2 weken dagelijks kammen. Als je opnieuw (levende) hoofdluizen bij gezinsleden constateert, volg je stappenplan opnieuw vanaf stap 1. Blijf na 14 dagen alle gezinsleden 1 keer per week controleren met netenkam, zeker zolang er hoofdluis heerst.

Let Op – Wassen en Stofzuigen is niet meer nodig.

Het advies voor een grondige schoonmaak van het huishouden wordt ingetrokken. Er is geen wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van de aanvullende maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels en jassen, het stofzuigen van de auto of het gebruik van luizencapes. Dat scheelt heel veel tijd en stress!

Aanvullende informatie op het 5 stappen-plan

Luis geeft vaak jeuk, maar het hoeft niet! Controleer daarom regelmatig.

Na de vakanties is er vaak een explosie van luizen, controleer daarom na de vakanties elke avond, anders 1 x per week.

Sommige middelen zijn werkzaam door binding aan het haar. Het is de week na de behandeling dan ook raadzaam gewone shampoo te gebruiken en geen anti-klitmiddel of haarconditioner. Ook zwemmen in chloorwater wordt afgeraden, omdat anders de behandeling niet aanslaat.

Mensen met hooikoorts, cara en/of eczeem kunnen gevoelig zijn voor bepaalde middelen. Meld dit aan uw apotheek.

Het is niet aan te bevelen de bestrijdingsmiddelen vaker dan ca. 3 x per jaar te gebruiken.

Dode neten blijven wel in het haar achter, u kunt ze verwijderen met een Nisska-kam, nadat u de plukjes haar heeft bevochtigd met warme azijn (evt. verdund met wat water).

Neem contact op met de huisarts als een zwangere vrouw of een baby jonger dan één jaar hoofdluis heeft.

U merkt het, het is een hele toestand om alles weer luisvrij te krijgen! Controleer uw kind dus regelmatig!

WERK MEE AAN EEN HOOFDLUISVRIJE SCHOOL !