

HOOFDLUIS, EEN NETELIG PROBLEEM

Hoofdluis

Hoofdluis is erg vervelend, maar kan iedereen overkomen. Veel mensen krijgen al jeuk op het hoofd als zij aan luizen denken. Ze willen er zo snel mogelijk vanaf. Hier kunt u lezen hoe u luizen kunt behandelen.

Wat is hoofdluis?

Een hoofdluis (of gewoon: luis) is een klein diertje dat graag op het mensenhoofd zit. Het klemmt zich met zijn pootjes stevig vast aan het haar, heel dicht bij de hoofdhuid waar het lekker warm is. De eitjes die een luis legt worden neten genoemd.

Een luis kan ongeveer 3 mm lang worden en is grijs van kleur. Volwassen luizen leven een maand en leggen 6 tot 8 eitjes per dag. De neten worden vastgeplakt aan de haren, liefst op de warmste plekken van het hoofd: achter de oren, in de nek en in de pony. De neten zijn witgrijs en ongeveer 1 mm groot. Ze lijken veel op roos. Maar neten zitten aan de haren vastgekleefd en ze zijn moeilijker los te krijgen. Ze komen na ongeveer een week uit. Een uitgekomen of dode neet ziet er wat grijzer uit. Na 7 tot 9 dagen gaan de jonge luisjes zelf ook weer eitjes leggen.

Tijdens het zwemmen of haar wassen blijven luizen en neten stevig vastzitten, dicht bij de hoofdhuid. Bij opgestoken haar komen neten soms ook verder van de hoofdhuid voor. Ook door de groei van het haar (ongeveer 1 cm per maand) komen neten soms verder van de hoofdhuid te zitten, maar dan zijn het meestal hulsjes van de uitgekomen neet.

Hoe krijg je luis?

Luizen hebben niks te maken met hygiëne. Je krijgt ze eenvoudigweg van een ander en iedereen kan luis krijgen. Hoe schoon je ook bent. Wel of geen luizen: mensen moeten zich op de gewone manier wassen en douchen. Heb je eenmaal luizen, dan blijf je je ook gewoon wassen. Niet meer en niet minder.

De luis is een overloper. Hij springt niet, hij vliegt niet, maar wandelt van het ene hoofd naar het andere. Soms wandelt hij via een kam, een kledingstuk of een hoofdkussen naar een ander hoofd. In de volgende situaties kan dit gemakkelijk voorkomen:

Kinderen hebben door het spelen meer lichamelijk contact dan volwassenen. Daarom komt hoofdluis meer bij kinderen voor.

Luizen leven van bloed van mensen. Zij komen niet bij dieren voor. Bij een kamertemperatuur kunnen zij nog twee dagen overleven. Bijvoorbeeld op een kledingstuk of op een stoel. Aan uitgevallen haren kunnen neten zitten waar nog na 6 dagen luisjes uit kunnen komen.

Is luis erg?

Luis is lastig en mensen vinden het vies om hoofdluis te hebben. Maar luizen zijn niet schadelijk. Ze dragen ook geen ziektes over. Soms krijg je van luis jeuk, soms ook niet. Door krabben kunnen ontstoken plekken op de hoofdhuid ontstaan. Jeuk kan kinderen onrustig en ongeduldig maken. Soms krijgen ze slaapproblemen. De meeste mensen die aan luizen denken – of er iets over lezen – krijgen jeuk op het hoofd. Dit hoeft niet te betekenen dat zij luizen hebben.

De behandeling van luizen en neten

Luizen en neten verdwijnen niet uit zichzelf. Daarom moet u ze behandelen. Ook al is het soms lastig om de luizen en neten weg te krijgen, met de volgende methode moet het echt lukken:

3 stappen plan

1. Gebruik een anti-luizenmiddel.(direct wanneer luizen/neten geconstateerd zijn.)
2. Maak kleding en dergelijke één extra keer schoon.(direct wanneer luizen/neten geconstateerd zijn.
3. Kam het haar uit met een speciale kam. Doe dit één keer per dag en hou het twee weken lang vol.

1

Anti-luizenmiddelen kunnen helpen om de luizen te doden. Voordat u met kammen begint, kunt u een anti-luizenmiddel gebruiken. Er zijn verschillende soorten anti-luizenmiddelen. U kunt het beste een antihooftluismiddel gebruiken waar dimeticon in zit. Hoofdluizen worden steeds vaker ongevoelig voor antihooftluismiddelen waar malathion of permetrine in zit.

De drogist of apotheek kan u uitleg geven. Sommige middelen moet men na 1 week weer gebruiken om evt. uitgekomen neten, nieuwe luizen te bestrijden.(lees goed de gebruiksaanwijzingen) Controleer en behandel (indien nodig) andere gezinsleden ook.

Hierna is het erg belangrijk dat u stap 2 en 3 uitvoert.

2

Alleen een anti-luizenmiddel gebruiken is niet genoeg.

Was kleding, knuffels en beddengoed van de afgelopen twee dagen één extra keer op 60 graden.

Een complete grote schoonmaak is niet nodig. Alle kleding en beddengoed wassen ook niet. Wel is het aan te raden dat u de kleding en het beddengoed van de laatste twee dagen wast op 60°. Denk ook aan veelgebruikte knuffels. Het gaat dus om één extra wasbeurt. Verder zijn de normale wasbeurten voldoende. In plaats van wassen kunt u ook het volgende doen:

Wasgoed een week in een plastic zak wegzetten. (bv. knuffels, kussens e.d.)

Wasgoed 24 uur in de diepvries leggen.

Wasgoed 48 uur buiten laten luchten.

Stofzuig meubilair en autostoelen extra keer goed.

3

Deze stap is zeer belangrijk. Kam het haar twee weken lang elke dag om neten en luizen te verwijderen want neten worden weer luizen. Kies een vast tijdstip en probeer het voor het kind zo gezellig mogelijk te maken. Dan is het kammen minder vervelend.

Voor het kammen heeft u het volgende nodig:

1. Een goede kam.(metalen Nisska-kam) met evt. verbandgaasje
2. Je eigen vingers/nagels. Doordat neten erg vast zitten aan het haar kunnen ze soms beter verwijderd worden door met twee nagels tegen elkaar de neet eruit te trekken.
2. Goede verlichting
3. Een handdoek
4. Water

Dit heeft u niet echt nodig, maar kan wel handig zijn: azijn

Voeg eventueel een beetje azijn toe aan het water (1 kopje azijn op 4 kopjes water). Verdunde azijn droogt de neten wat in. Daardoor laten ze gemakkelijker los bij het kammen.

Let op! Gebruik nooit azijn als u net een anti-luizenmiddel heeft gebruikt (dan werkt het anti-luizenmiddel minder).

Stukje verbandgaas

Druk eventueel een verbandgaasje door de tanden van de kam. U kunt de luizen dan goed zien en de luizen kunnen niet meer teruglopen naar het hoofd. De neten worden hierdoor beter verwijderd.

De kam blijft schoon door het gaasje te verwijderen.

Laat het kind de armen op een tafel leggen en het hoofd op de armen rusten

Omdat het kammen even kan duren, is het voor het kind prettiger als het zijn armen op tafel legt en het hoofd daarop laat rusten.

Verdeel het haar van onderaf in laagjes en kam het uit vanaf de hoofdhuid

De grondigste manier van kammen is door het haar in laagjes te verdelen. Kam eerst de onderste laag uit en daarna de lagen daarboven. Kam het haar precies vanaf de hoofdhuid tot de punten uit. Kam niet te veel haren tegelijk en maak een schrapende beweging vanaf de hoofdhuid.

Controleer elke week, ook als de luis is verdwenen

Ook als luis is verdwenen blijft controle verstandig. Controleer het haar bijvoorbeeld één keer per week.

Nog vragen?

Hopelijk kunt u met deze informatie aan de slag. Heeft u nog vragen, neem dan contact op met de school (centraal aanspreekpunt Evelyn Wippert 0572-360778)