

## Hoe zit dat nou met de luizen

### Luizen in de school

Graag zetten wij onze luizenafspraken nog even op een rij voor u. Als er een luizenbord bij de deur van een groep hangt, dan kunt u zien dat de hoofdluizen daar weer actief zijn. Tevens wordt er dan aan alle kinderen van de school een brief meegegeven. Hierdoor weet iedereen snel dat ze weer aanwezig zijn. Zijn de luizen weg, dan verwijderen wij het bord.

U kunt voor de jas van uw kind een luizenzak aanschaffen en deze aan de kapstok hangen. Wij zijn echter niet aansprakelijk voor vernielingen of het zoekraken van de zakken.

Tot slot is het belangrijk te melden dat u als ouder de belangrijkste schakel bent in het uitschakelen van de luizen. Constateert u bij een van uw kinderen luizen, meldt dit dan zo snel mogelijk bij de groepsleerkracht van uw kind.

Indien iedereen snel en actief de luizen bestrijdt, dan blijft de overlast in de school en thuis beperkt.

### Een luizeninvasie (stuk van de GGD)



Regelmatig, vaak na een vakantie, zijn er op scholen uitbarstingen van hoofdluis. Ook bij de GGD komen regelmatig meldingen binnen. Hoofdluis komt alleen bij de mens voor, niet bij dieren. Iedereen kan luizen krijgen, want het zijn echte overlopers. Ze wandelen van het ene hoofd naar het andere, door samen spelen, knuffelen en slapen, of door tijdelijke tussengastheren zoals beddengoed, kleding, kammen, autobekleding enz. Ouders gaan er soms van uit dat hun kinderen niet besmet kunnen worden, omdat zij zo schoon zijn. Als het dan plotseling toch het geval is durven zij dit niet te vertellen, zeker niet op school. Deze schaamte is niet terecht. Luizen komen ook voor op schone en kortgeknipte hoofden. Je voorkomt ze niet door elke dag je haren te wassen. En als je luizen hebt, dan kan je deze niet met gewone shampoo wegwassen.

## Hoe herkent u hoofdluis en neten?

De volwassen luizen zijn tot 4 mm groot en verbergen zich als er naar hen gezocht wordt. De vrouwelijke luis legt dagelijks 4-6 eieren (neten) en plakt deze stevig vast aan een haar direct bij de hoofdhuid. Om te overleven heeft een luis warmte nodig (30-32° Celsius) en bloed (2-5 keer per dag). Bij kamertemperatuur (20° Celsius) en zonder bloed kan een volwassen luis maximaal 48-55 uur overleven. Neten zijn 1 mm groot en vuilwit tot geelbruin van kleur en zitten vast aan de haren, dicht bij de hoofdhuid. Neten overleven iets langer, circa 10% van de neten overleven 6 dagen kamertemperatuur. Een gewoon wasprogramma (60 graden) doodt alle luizen en neten.



### Wat te doen als er hoofdluis heerst?

Als er hoofdluis op school of sportclub voorkomt, is het verstandig om het hele gezin dagelijks te controleren op hoofdluis. In het begin heb je geen klachten. Pas na enige tijd kan je last van jeuk krijgen. Dan zitten er ook al eitjes in je haren, de zogenaamde neten.

Controle op neten: de neten zitten vaak in de nekharen, onder de voorhoofdsharen of achter de oren.

Controle op luizen gaat het beste met een stofkam: kam de haren boven een wit vel papier of boven de wasbak en ga daarbij stevig over de hoofdhuid. De luizen zitten namelijk vlak bij de hoofdhuid. Als er luizen uit het haar komen, spoel deze dan weg met veel water.

De stofkam is van plastic, de Nisska kam is van metaal en is aanmerkelijk duurder dan de stofkam. Met deze kam kun je de neten eruit kammen, met de plastic stofkam lukt dit niet. GEEN hoofdluis gevonden: blijf iedere week controleren! WEL hoofdluis gevonden: - volg het 10-stappenplan op!

Wanneer u bij de controle neten en/of luizen hebt gevonden is het belangrijk snel te behandelen, en de omgeving (o.a. school) te waarschuwen. Wacht u hiermee, dan krijgen de luizen de kans zich verder te vermeerderen en te verspreiden.



## Het 10-stappenplan bij de bestrijding van hoofdluis

1. Koop een bestrijdingsmiddel tegen hoofdluis bij de drogist of apotheek. Enkele in de handel zijn: Prioderm, Noury, Loxazol, Para. Gebruik niet steeds dezelfde middelen maar wissel de middelen ook af.

2. Controleer het hele gezin en behandel alle gezinsleden met neten/luizen met shampoo of lotion. Volg daarbij precies de gebruiksaanwijzing! Chloor vermindert de werking van de lotion. Daarom tijdens de periode van de behandeling (minimaal 14 dagen) niet zwemmen in chloorhoudend water.

3. Kam de natte haren na de behandeling met shampoo of lotion goed uit met de luizenkam (Nisska kam) om de neten en/of luizen te verwijderen. Lukt dit niet in 1 keer, maak dan het haar nogmaals nat met een mengsel van warm water met azijn, dan laten de neten beter los. Ook bestaat er een crèmespoeling, die de "kitlaag" oplost, waarmee de neet vastkleeft aan het haar (neetex).

4. Maak de luizenkam na gebruik steeds grondig schoon. Dit kan het beste gebeuren door de kam een poosje in de lotion te leggen of hem heel goed en langdurig met heet water (boven 60° Celsius) af te spoelen, of in de vriezer te leggen.

5. Nadat ieder gezinslid waarbij hoofdluis is gevonden, is behandeld moet u 14 dagen lang iedere dag kammen met de stofkam. 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. Het beste kunt u de neten uit het haar verwijderen. Dit kan door het vochtige haar te kammen met de Nisska kam, of de haren met neten weg te knippen, of tussen de nagels de neten van het haar trekken.

6. Waarschuw zo snel mogelijk de school: dan kunnen ook andere ouders weer extra opletten.



Waarschuw ook de ouders van vaste vriendjes/vriendinnetjes, een logeetje etc., zodat zij ook gecontroleerd kunnen worden.

7. Behandel de gezinsleden bij wie hoofdluis is gevonden opnieuw met een lotion of shampoo als er bij het uitkammen weer levende luisjes aanwezig zijn. De middelen doden niet voor 100% alle luizen en/of neten. Deze jonge luisjes moeten direct weer bestreden worden anders zit het haar binnen de kortste keren weer onder de hoofdluis. U kunt ook de haren dagelijks met de Nisska-kam kammen.

8. Was de kleren die steeds gedragen worden, vergeet hierbij dassen, jassen, mutsen, enz. niet. Haal de bedden af en was het beddengoed (dekbedhoezen, lakens, slopen op 60 graden). Denk ook aan autobekleding, kussens, borstels, elastiekjes enz.

9. Stop dekens, kleren, knuffels etc. die in aanraking zijn geweest met het kind, en niet gewassen kunnen worden in een plastic zak. Knoop de zak goed dicht en laat deze een week op een koele plek staan. Daarna de spullen goed uitkloppen en/of borstelen. Als wassen niet mogelijk is kunt u de kleding chemisch laten reinigen of 24-48 uur in een vriezer leggen.

10. Bij een hardnekkige luizenplaag op school de jas daar in een plastic zak ophangen (ieder kind een eigen zak).

Uit bovenstaande zal duidelijk zijn dat het niet voldoende is alleen de haren te behandelen. Voor een goede bestrijding van de hoofdluis zijn alle bovenstaande maatregelen van belang.

Blijf alle gezinsleden 1 keer per week controleren op hoofdluis, zonodig met de stofkam/Nisska kam, ook als er geen hoofdluis heerst. Gebruik van de shampoo of lotion uit voorzorg (dus om het krijgen van luizen te voorkomen) heeft geen zin. Dus alleen als u luizen en/of neten ziet moet u behandelen.

Laten we met z'n allen in actie komen tegen de hoofdluis, want we kunnen er gezamenlijk iets tegen doen.

Heeft u nog vragen belt u dan naar de afdeling Jeugdgezondheidszorg van de GGD Gooi & Vechtstreek, tel: (035)692 62 50.