



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 aanpak.

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, vereniging of speelzaal 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.

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 besmettelijk. De behandeling bestaat uit bestrijden én herbesmetting voorkomen.

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

Dit uitkammen is het belangrijkste. Volg de volgende stappen.

- Maak het haar door en door nat. Bescherm dan de ogen met een washandje.
- Doe crèmespoeling in het haar en kam eerst met een gewone kam de klitten weg.
- Pak dan de netenkam en kam 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. Vastgeplakte neten kunt u eventueel losweken door te deppen met azijn.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een papieren servet of zakdoek.
- Spoel de crèmespoeling uit en maak de kammen schoon. U kunt ze 5 minuten uitkoken of ontsmetten met alcohol (70%).

Combineer het kammen eventueel met een antihoofdluismiddel en herhaal de gecombineerde behandeling na 7 dagen. Bij het kammen kunt u dan een luizenkam gebruiken in plaats van een netenkam.

2. Voorkom herbesmetting: 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 en 7 dagen later nog een keer.

- Was kleding, beddengoed, jassen, dassen, mutsen, verkleedkleden, 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. Vergeet ook niet om borstels en kammen goed schoon te maken.
- Stofzuig (auto)stoelen, banken, matrassen en kussens grondig en gooi de stofzuigerzak weg.

Antihooftluismiddelen

Er bestaan shampoos, crèmes, lotions en sprays tegen hoofdluis. In geregistreerde antihooftluismiddelen zit malathion, permethrine of bioalletrine (piperonylbutoxide). Een product op basis van malathion heeft de voorkeur. Want tegen de antihooftluismiddelen is de hoofdluis steeds vaker resistent (ongevoelig). Bij malathion komt dat het minst voor. Als u na de behandeling nog steeds hoofdluis aantreft, kan het zijn dat de luis resistent is tegen het gebruikte middel. Kies dan een product op basis van één van de andere stoffen. Er bestaan ook middelen waar de stof dimeticon in zit. Daar kan hoofdluis niet resistent tegen worden. Ook deze middelen zijn werkzaam.

! Malathion is brandbaar. Vermijd open vuur tijdens de behandeling met een middel waarin malathion zit, en föhn het haar niet. Verder tast chloor de werking van malathion aan, dus zwemmen in chloorhoudend water op de dag van behandeling wordt afgeraden.

! Zwangeren, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen jonger dan zes maanden worden afgeraden om antihooftluismiddelen te gebruiken.

! Gebruik geen antihooftluismiddelen als u niet zeker weet of uw kind luis heeft. Een antihooftluismiddel kan besmetting met hoofdluis niet voorkomen.

Hoofdluis heb je niet alleen

Hoofdluis is enorm besmettelijk. Als uw kind hoofdluis heeft, meld dat dan op school, bij de kinderopvang, op clubjes, bij vriend(innet)jes, oppassen, opa's en oma's. Zij kunnen dan ook controleren. Bovendien moet u alle gezinsleden controleren. Vindt u bij hen geen luizen, herhaal de controle dan eens per week, gedurende twee weken. Vergeet overigens uzelf niet.

Laat kinderen geen kammen, borstels, mutsen, hoofddoekjes, jassen en haarspeldjes met elkaar delen, en zorg dat er op de kapstok genoeg ruimte tussen de jassen is. Een speciale luizencape of plastic zak om de jas is nog doeltreffender.

De informatie in deze folder is gebaseerd op de richtlijn Hoofdluis van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Met vragen over het bestrijden van hoofdluis kunt u terecht bij de GGD Gelre IJssel (tel. 088 – 44 33 000), de drogist of de apotheek.



Gelre-IJssel

Het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) coördineert in opdracht van het ministerie van VWS de infectieziektebestrijding in Nederland. Het RIVM besteedt uiterste zorg aan actuele en correcte publieksinformatie. Dit doet het RIVM in nauwe samenwerking met de Vakgroep voor Publiekscommunicatie over Infectieziekten, en deskundigen uit diverse organisaties en beroepsgroepen. Aan de inhoud van deze informatie kunnen geen rechten worden ontleend.