

## INFORMASJON TIL ELEVENS HJEM

Pga problemer med å bli kvitt hodelusa hos elevene ved skolen, går skolen og helsestasjonen i samarbeid, grundigere til verks for å sikre at informasjonen når alle. Foreldre/foresatte **må** undersøke og hvis behov behandle sitt barn. For å sikre oss at denne informasjonen er lest, ber vi om foresattes underskrift. Takk for hjelpen.

Elevens navn.....Klasse.....

Informasjonen er lest av (foresattes navn).....

Vennligst lever svarslippen til elevens lærer.

## HODELUS

Hodelus forsvinner ikke av seg selv hvis de først har bosatt seg i håret ditt. Lusene må drepes og eggene fjernes for at du skal bli kvitt lusene. Fremdeles anbefales lusmidlene *Malation* og *Prioderm*. Den gode, gamle finkammen er svært viktig i bekjempelsen, bl.a. fordi vi ser en utbredt resistens hos hodelus.

## FAKTA OM LUS

- Symptomene på hodelus er kløe i hodebunnen. Kløen er en allergisk reaksjon på lusebittene. Det kan ta mange uker fra man blir smittet til kløen starter.
- Hodelus trives spesielt godt i nakken oppover mot issen og i området bak ørene. Her ligger også mesteparten av eggene. Hodelusa suger lite blod hver gang den stikker, og må derfor suge blod minst to ganger om dagen. Lus som ikke får suge blod dør i løpet av et par dager.
- Lusesmitte skjer ved at lus kryper fra en person til en annen når hodene legges inntil hverandre. Smitte kan også skje ved lån av hodeplagg, skjerf, genser med høy hals, kam, hårbørste og ved at lusa vandrer mellom plagg som henger over hverandre i en garderobe. Det er liten sjanse for spredning via nakkeputer og møbler. Hårlengde har ingen betydning for spredning av lus.
- Barn mellom 4 og 12 år blir oftest smittet.
- Hodelus kommer **ikke** av dårlig hygiene.

## BEHANDLING

Lusemidler kjøpes på apotek og finnes i ulike former, enten som tradisjonelle kjemiske linimenter eller naturlige oljer. Bruk produktet som beskrevet i pakningsvedlegget. Husk at det er viktig å kontrollere håret daglig i **3 uker** etter siste behandling. Hvis lusene er resistente mot midlene, vil sannsynligvis lusemidlet likevel lamme dem en stund.

## KAMMING AVSLØRER LUS

Kamming av **vått hår** har vist seg å være den mest effektive måten å påvise hodelus på. Det er viktig å bruke en fintannet kam. Kammen bør ha korte ståltenner, gjerne dobbeltradede og ha et godt gripehåndtak. For å få øye på lusene er det viktig med **godt arbeidslys**. Bruk gjerne et **hvitt håndkle** over skuldrene. Se etter lus og egg både på håndkleet og i kammen. Ved kamming av tørt hår blir håret og kammen statisk elektriske, og de små luseungene kan fyke fra kammen tilbake i håret under kammingen. De store lusene flytter seg raskere i tørt enn i vått hår, og kan krype tilbake og inn i hårpartier som nylig er kammet.

Det er bare den som **har lus**, som skal behandles. Kammen kan også brukes til å bekjempe lusa. Da må kammingen utføres systematisk og grundig én gang om dagen, i vått hår, i minst **8 dager**. Deretter **1 gang i uka i 3 uker**. Håret vaskes først med vanlig sjampo, og kammes deretter grundig. Håndkleet over skuldrene vil ta i mot lus og egg som faller ned fra håret. Husk at både kam og håndkle må etterbehandles for å drepe alle lus og egg, enten ved vasking på 60 grader eller nedfrysing i minst fire timer. Kammen må renses mellom hver person.

## FOREBYGGENDE

Det beste forebyggende tiltaket er at **foreldrene undersøker barna** for hodelus med jevne mellomrom, slik at lusa oppdages før den får spredt seg til andre. Forebyggende behandling med lusemidler finnes ikke.

Anbefalt lusemiddel kjøpes på apotek. Følg bruksanvisningen nøye. Følg så kamme-rådene nedenfor:

1. Håret vaskes for lusemiddel
2. Deretter gres det mens det fortsatt er vått. Bruk av balsam gjør kammingen lettere.
3. Ta en liten hårlokk og kam håret fra hodebunnen og ut til hårspissen i en bevegelse. (Kammen tørkes av på et stykke papir og skylles mellom hver hårlokk som kjemmes.)
4. Gjenta kammingen over hele hodet. Det er viktig å være spesielt nøye bak ørene og i nakkekanten.
5. Når der ikke er flere levende lus, avslutter en med å vaske ut lusegeléen/balsamen.
6. Skyll kammen grundig.
7. Gjenta kammingen hver dag i **8 dager**, deretter **1 gang i uken i 3 uker**.

Nitcomb lusekam er dobbelradet og derfor mer effektiv. Den fremste rekken har tett mellomrom mellom tennene og tar de store lusene. Den bakerste rekken har ekstra tette ståltenner og fjerner de minste lusene, samt egg og eggeskall. Kombinasjonen av de 2 rekkene øker effektiviteten. Nitcomb har avrundede spisser for å unngå at tennene griper fatt i hodebunnen.

Nitcomb lusekam kan kjøpes på apotek og finnes i mange farger.