



Uitleg voor ouders en verzorgers

Bestrijding van hoofdluis

Inhoudsopgave

- 1. Wat is hoofdluis eigenlijk?**
- 2. Hoe kom je aan luizen?**
Iedereen kan besmet worden
- 3. Hoe weet je of je hoofdluis hebt?**
- 4. Wat kun je doen om hoofdluis te voorkomen?**
Geen hoofdluis gevonden
Wel hoofdluis gevonden
- 5. Behandeling met luizendodende middelen (bestrijdingsmiddelen)**
Prioderm lotion
Loxazol lotion
Paraspeciaal spray
- 6. Kammen met een luizenkam voor het verwijderen van luizen en neten**
- 7. Maatregelen thuis**
- 8. Nacontrole**
- 9. Extra maatregelen**
- 10. Behandeling met luizendodende middelen (zonder bestrijdingsmiddelen)**
De Nisska-kam en de Nitcomb-m2

Aanspreekpunt Werkgroep "Luizenbestrijding" Monique Megens tel.612224

1. Wat is hoofdluis eigenlijk?

Hoofdluis is een beestje dat leeft op de behaarde hoofdhuid van de mens. Een hoofdluis is 2-3 millimeter groot. (vergelijkbaar met een sesamzaadje). De kleur is wisselend van doorzichtig tot grijsblauw tot roodbruin. Luizen kunnen buiten de hoofdhuid bij kamertemperatuur maximaal 48 tot 55 uur overleven

Een luis is een insect, hij heeft dan ook 6 poten. Met deze poten kan hij zich aan de haren vastklampen. Bijvoorbeeld bij schudden van het hoofd, haren kammen of wassen houdt de luis zich hiermee stevig vast.

De kop van de luis is uitgerust met een zuigapparaatje. Hiermee prikt de luis een paar keer per dag door de hoofdhuid heen. Dit geeft wondjes die jeuken.

Een luis leeft ongeveer 4 - 6 weken. Een luis legt zo'n 6 tot 8 eieren per dag: dit zijn neten. In een heel "luizenleven" legt een luis wel 50 tot 1000 eitjes.

Luizen leggen hun eitjes (neten) aan de basis van het haar, dicht op de hoofdhuid. Deze neten zitten vastgekleefd aan de haren. Men vindt ze vooral op de warme, donkere plekken zoals onder de pony, achter de oren, in de nek en soms op de kruin (als het haar veel opgebonden is in een paardenstaart).

Neten lijken op zoutkorreltjes. Regelmatig worden neten verward met roos. Het verschil met roos is overduidelijk: roos zit los en neten zitten vastgekleefd aan de haren. Na ongeveer 7 tot 10 dagen komen de neten uit en vervolgens is de jonge luis na 8 tot 10 dagen alweer in staat om zelf eieren te leggen.

Neten kunnen een klimaat buiten de hoofdhuid maximaal 6 dagen overleven. Dit betekent dat een haar met een neet eraan vast b.v. in een kam of op kleding, na een paar dagen gewoon uit kan komen en de luis op zoek gaat naar een nieuwe gastheer.

Over het algemeen is de besmetting met hoofdluis niet ernstig. Wel is het belangrijk hoofdluis te behandelen. Want als je te lang wacht met behandelen, breiden de luizen zich uit en bestaat de kans dat ook anderen wordt besmet. Hoofdluis gaat niet vanzelf weg, behandeling is dus noodzakelijk.

2. Hoe kom je aan luizen

Luizen kunnen niet vliegen of springen. Het zijn overlopers. Als kinderen tijdens het spelen met de hoofden dicht bij elkaar komen, stappen de luizen gemakkelijk over van het ene hoofd op het andere. Ook via mutsen, jassen en dassen die dicht tegen elkaar aan hangen kunnen luizen en neten worden overgedragen. Het kan ook plaatsvinden via besmette kammen, borstels of haarspeldjes. Slapen in één bed, tegelijkertijd of na elkaar, kan ook een overdacht van hoofdluis veroorzaken.

Ook onder omstandigheden waar veel mensen dicht bij elkaar verblijven, bijvoorbeeld bij een logeerpertij of in de auto wordt hoofdluis gemakkelijk verspreid. In school kan de verspreiding plaatsvinden via verkleedkleden, kapstokken en knuffels.

Iedereen kan besmet worden

Iedereen kan hoofdluis krijgen. Al zorg je nog zo goed voor jezelf en was je heel vaak je haar, dan nog kan hoofdluis de kop op steken. Luizen hebben juist een voorkeur voor schoon gewassen hoofden. Dus het is niet waar dat luizen alleen voorkomen bij onverzorgde mensen.

Omdat kinderen meer bij elkaar in de buurt komen, bijvoorbeeld bij het spelen, komt hoofdluis bij hen wel vaker voor dan bij volwassenen. In het gezin en op school krijgt hoofdluis veel kans om over de lopen. Ook bij sportclubs en op zwembaden hangen de kleren dicht tegen elkaar en is er dus kans op besmetting.

3. Hoe weet je of je hoofdluis hebt?

Na de besmetting duurt het minstens een week voordat verschijnselen van hoofdluis optreden. Kort na de besmetting met hoofdluis, merkt men nog helemaal niets. Er kan dan wel hoofdluis aanwezig zijn. Pas als de luizen zich vermenigvuldigd hebben, ontstaat hevige jeuk en gaat men krabben.

Jeuk is altijd een reden om na te kijken of er hoofdluizen en neten op het hoofd te zien zijn.

Vaststellen van luizen of neten gaat zo:

1. Kijk of er neten zijn in het hoofdhaar. Kijk op de plaatsen waar neten het liefst zitten: in de nekhaaren, achter de oren, in de pony. Neten laten niet gemakkelijk los van een haar. Daardoor zijn ze te onderscheiden van huidschilfers. Let ook op signalen van jeuk. Zoek extra goed als er jeuk is of als er krabplekken te zien zijn.

Of

2. Kam met een luizenkam om luizen te vinden. Dat gaat als volgt:
 - maak het haar een beetje nat en smeer wat gewone crèmespoeling in het haar. Door de crèmespoeling worden de haren glad. Dat heeft twee voordelen. Het kammen gaat gemakkelijker en doet minder pijn. Bovendien kunnen de luizen dan niet overlopen van een ongekamde haarlok naar een haarlok die al gekamd is.
 - Neem een luizenkam een hydrofiel gaasje of een permanentpapiertje over de tanden van de kam. Een plastic luizenkam is niet erg stevig. De tanden gaan gemakkelijk uit elkaar staan. Gebruik dus het liefst een metalen kam (van het merk Nisska of Nitcomb-M2)
 - Bij kammen boven een wit stuk papier of boven de wasbak is het beste te zien of er luizen uit het haar gekamd zijn. Leg anders een handdoek op de schouders.
 - Kam al het haar op het hoofd, lok voor lok. Houd eventueel het haar dat wel gekamd is met haarklemmetjes gescheiden van het haar dat nog niet is gekamd. Al het haar kammen kost al gauw meer dan twintig minuten.

- Zorg voor goed licht anders zijn de luizen niet goed te zien
- Begin telkens bij de hoofdhuid, kam goed over de huid en daarna naar het eind van de lok.
- Verschoon het gaasje of papiertje enkele keren tijdens het kammen. Als u geen gaasje gebruikt, spoel dan tijdens het kammen regelmatig de kam uit.
- Als er luizen en/of neten uit het haar komen, spoel deze dan met water weg in de wasbak.
- Als er hoofdluis is vastgesteld bij een gezinslid, controleer dan alle andere gezinsleden op hoofdluis.
- Behandel alleen de gezinsleden die hoofdluis hebben. Behandel ze allemaal tegelijk en vergeet jezelf niet.

4. Wat kun je doen om hoofdluis te voorkomen?

Eigenlijk kun je niet voorkomen dat hoofdluizen van de één naar de ander overlopen. Je kunt alleen zorgen dat de luizen niet blijven zitten en zich vermeerderen. De beste manier is dan ook "controleren": kammen met een luizenkam. Dit kun je iedere week doen en daarnaast een keer extra als op school hoofdluis voorkomt.

Geen hoofdluis gevonden

Iedere week blijven controleren!

Wel hoofdluis gevonden

- Zorg ervoor dat iedereen in het gezin die hoofdluis heeft gelijktijdig wordt behandeld.
- Meld de hoofdluis **altijd** aan de leerkracht van uw kind
- Vertel het aan de ouders van vriendjes en anderen waar uw kind mee omgaat. Denk ook aan eventuele logés en logeeradressen.
- Zorg ervoor dat ieder gezinslid een eigen kam heeft (net zoals een eigen tandenborstel)

De volgende aanpak wordt geadviseerd:

- 1. behandeling met luizendodende middelen**
- 2. kammen met een luizenkam voor het verwijderen van luizen en neten.**
- 3. maatregelen in huis**
- 4. nacontrole**

5. Behandeling met luizendodende middelen (met bestrijdingsmiddel)

Alle middelen zijn zonder recept verkrijgbaar bij apotheek en drogist.

De meest gebruikte chemische bestrijdingsmiddelen zijn:

Prioderm, Loxazol en Paraspray.

Hieronder volgt een uitleg over de voor- en nadelen van elk middel.

Prioderm lotion

In dit middel zit de stof Malathion. Deze stof doodt de hoofdluizen binnen enkele minuten en soms ook een deel van de neten. De neten blijven aan het haar vastgeplakt zitten.

Malathion is een insecticide, die deels wordt opgenomen door de huid. Het is voor mens echter niet giftig, als het op de juiste manier wordt toegepast.

Indien er regelmatig een hoofdluizenbehandeling noodzakelijk is, is het wel verstandig om af te wisselen met b.v. Loxazol.

Prioderm is niet erg gebruiksvriendelijk: het middel heeft een onaangename geur en de lotion heeft een lange inwerktijd.

Lees de voorzorgsmaatregelen in de bijsluiter nauwkeurig door.

Omdat chloor de werkzaamheid van dit middel beïnvloedt wordt het aangeraden om na de behandeling 1 week niet te zwemmen in een chloorbad.

Bij de behandeling met Prioderm kunnen veel neten overleven, deze komen uit in de loop van de daarop volgende dagen. Blijf dus 2 weken lang kammen met een luizenkam. Het is ook van belang dat de behandeling wordt herhaald na een week. Ook al staat soms in de bijsluiter dat één keer voldoende is!

Prioderm zou enige weken na de behandeling nog werkzaam zijn en een nieuwe besmetting kunnen tegengaan. In de praktijk blijkt dit niet altijd zo te zijn: kinderen die behandeld zijn met dit middel kunnen opnieuw besmet worden (door klasgenootjes die nog niet behandeld zijn).

Loxazol lotion

Loxazol is gebruiksvriendelijk: het heeft een korte inwerkingstijd en ruikt niet onaangenaam. Loxazol is relatief duur.

Het bestrijdingsmiddel heeft als werkzame stof: Permetrine.

Permetrine doodt de luizen (en in veel gevallen ook de neten) na ongeveer een half uur. Veel luizen zijn echter resistent tegen deze stof.

Permetrine dringt nauwelijks door de hoofdhuid heen. Omdat Loxazol een lotion op alcoholbasis is, is er wel een aantal voorzorgsmaatregelen nodig bij de behandeling.

Lees de bijsluiter nauwkeurig en laat het middel in ieder geval 20 minuten intrekken in plaats van de aangegeven 10 minuten.

Na de behandeling met de bijgeleverde stofkam moeten de luizen verwijderd worden. De neten blijven vastkleven aan het haar en soms zullen deze alsnog uitkomen. Een tweede behandeling is in ieder geval nodig. Regelmatige controle met een luizenkam is noodzakelijk in de 2 weken na behandeling.

Volgens de bijsluiter kan Loxazol ook gebruikt worden ter voorkoming van besmetting als er in de omgeving een epidemie van hoofdluizen is. In de praktijk is dit niet verstandig: door frequent hetzelfde middel te gebruiken kan resistentie van de hoofdluizen tegen dat middel toenemen. Dit geldt des te meer als men bedenkt dat hoofdluizen op een aantal scholen bijna continu aanwezig is.

Het is bovendien veel goedkoper om met behulp van een stofkam elke week te controleren of besmetting is opgetreden.

Paraspeciaal spray

In de Paraspeciaal spray zit een combinatie van Bioalletrine met andere stoffen, waardoor het middel meer werkzaam wordt. Dit middel doodt luizen (en soms ook neten) na enkele minuten. Sommige luizen zijn resistent tegen dit bestrijdingsmiddel.

Omdat dit middel een spray is, kunnen ook grotere oppervlakten (meubels, autostoelen, e.d.) hiermee makkelijk behandeld worden.

Er wordt op de spray een opzetstukje geplaatst, waarmee eenvoudiger de hoofdhuid (tussen de haren) bereikt kan worden. De inwerktijd is 30 minuten.

Een spray is moeilijk te doseren, in elk geval moet de gehele hoofdhuid goed nat worden gemaakt. Daarnaast is met een spray het risico groter dat er iets in de ogen komt. Het drijfgas van de spray vereist enige voorzorgsmaatregelen.

Lees de voorzorgsmaatregelen in de bijsluiter nauwkeurig door

Na de behandeling kunnen de dode luizen uit het haar worden gekamd met een luizenkam. Een tweede behandeling, na een week, is altijd nodig. Blijf gedurende 2 weken regelmatig kammen met een luizenkam.

6. Kammen met een luizenkam voor het verwijderen van luizen en neten

Na een behandeling met een bestrijdingsmiddel is het belangrijk om het haar te kammen met een luizenkam (Nisska of Nitcomb-M2). Zie voor de manier van kammen bovenaan blz 3.

Er zijn twee manieren om te zorgen dat de neten beter uit het haar te kammen zijn:

- A. **Neetex** een crèmespoeling die zorgt dat de dode neten loslaten en het haar extra kambaar maakt. Na behandeling het haar zorgvuldig kammen met een luizenkam.
- B. Het haar insmeren met een **mengsel van water en azijn**. Doe dat door middel van de volgende methode: Meng 1 eetlepel conditioner met 1 eetlepel azijn en 1 eetlepel water in een kom. Roer dit mengsel tot een pap. Maak het haar van uw kind nat en smeer deze pap op de hoofdhuid. Wikkel huishoudfolie strak om het haar heen. Laat het mengsel 1 uur intrekken. Spoel het haar met warm water uit en kam daarna het haar met een luizenkam.

Zorg bij het kammen ervoor dat je bij de wortels van het haar begint. Herhaal deze behandeling dagelijks tot je zeker bent dat alle neten verwijderd zijn. Elke achterblijvende neet wordt namelijk na hooguit 8 dagen een luis.

Blijf in ieder geval 2 weken het haar kammen. Door te blijven kammen haalt u ook de jonge luisjes eruit. Zo krijgen de luizen geen kans meer nieuwe eitjes te leggen.

7. Maatregelen thuis

Het kammen van het haar is het allerbelangrijkste in de bestrijding van de luizen. Echter om te voorkomen dat afgevallen luizen weer op het hoofd kruipen, moeten nog een aantal maatregelen worden genomen:

- Was de kleren die de laatste 3 dagen gedragen zijn op 60 graden. Vergeet hierbij jassen, dassen, mutsen en petten niet. Denk ook aan verkleedkleden. Haal de bedden af en was lakens, slopen, dekbedhoezen en pyjama's.
- Stop knuffels, dekens en andere spullen die niet gewassen kunnen worden in een plastic zak. Bind deze goed dicht en laat de zak daarna 2 weken staan. Na 2 weken zijn de luizen en de neten dood. Je kunt deze spullen ook in een plastic zak in een vriezer plaatsen. Na 24 uur zijn de luizen en neten dood. Klop en borstel de spullen daarna goed uit.
- Grondig stofzuigen van autobekleding
- Grondig stofzuigen van meubilair.

8. Nacontrole

Nacontrole op hoofdluis is een belangrijke stap in de aanpak van hoofdluis. Ook hiervoor is nodig het haar nat te maken en het haar zeer grondig te kammen met de luizenkam.

Wanneer er na behandeling met een luizendodend middel en kammen na twee weken nog steeds luizen gevonden worden zijn de luizen misschien bestand tegen de gebruikte werkzame stof tegen luizen.

Kies bij herhaling van de behandeling een middel met andere werkzame stof.

De drie werkzame stoffen tegen luizen zijn:

- Malathion: deze stof zit in Prioderm (lotion)
- Permetrine: deze stof zit in Loxazol
- Bioalletrine: deze stof zit in PARA-spray

Op de bijsluiters van shampoo staat welke werkzame stof tegen luizen deze bevat.

*****Door intensieve aanpak en nacontrole kan men van hoofdluis afkomen*****

9. Extra maatregelen

Controleer alle gezinsleden. Zij kunnen ook besmet zijn, omdat luizen overlopers zijn. Kam daarom alle gezinsleden elke dag met de luizenkam, zolang één gezinslid behandeld wordt voor hoofdluis.

Het is niet zinvol om uit voorzorg de haren te behandelen met een luizendodend middel. Behandeling met luizendodende middel is alleen nodig als men luizen of neten ziet. Als meer gezinsleden hoofdluis hebben is het belangrijk dat zij tegelijk behandeld worden. Om voorkomen dat zij elkaar opnieuw besmeten.

Als er hoofdluis in de omgeving gesignaleerd is, is het verstandig om het haar te controleren. Dat kunt u doen door heel nauwkeurig naar neten te zoeken (achter de oren, in de nek, onder de pony) en op te letten of een kind last heeft van jeuk op het hoofd. Dat kan ook door één maal per week te kammen met een luizenkam.

Wanneer er meerdere kinderen in een klas of gezin hoofdluis hebben, is het nodig elke dag met de luizenkam te kammen.

10. Behandeling op natuurlijke wijze (géén bestrijdingsmiddelen)

Er is een aantal alternatieve middelen die geadviseerd worden om te gebruiken bij hoofdluisbestrijding. (bijvoorbeeld Teatree oil en luizenolie)

De werkzaamheid van deze middelen is echter **niet** aangetoond en is het raadzaam daarnaast ook altijd te kammen met een luizenkam.

Het product Neemosan zou kunnen werken, want van neemolie is bekend dat het een insectendodende werking heeft. Vergeet ook hier niet elke dag te kammen gedurende 2 weken.

De aanpak van hoofdluis is dan als volgt:

- Schaf een goede luizenkam aan. Dit is een metalen kam van het merk Nisska of Nitcomb-m2 verkrijgbaar bij de DA. De tanden van een plastic luizenkam zijn namelijk niet stevig genoeg.
- Gebruik een middel dat de neten losweekt. De neten zijn dan gemakkelijker uit de haren te kammen. Deze middelen zijn te koop bij apotheek of drogist. Echter het is ook mogelijk zelf een mengsel te maken van water en azijn. Doe dit als volgt: Meng 1 eetlepel conditioner met 1 eetlepel azijn en 1 eetlepel water in een kom. Roer dit mengsel tot een pap. Maak het haar van uw kind nat en smeer deze pap op de hoofdhuid. Wikkel huishoudfolie strak om het haar heen. Laat het mengsel 1 uur intrekken. Spoel het haar met warm water uit en kam daarna het haar met een luizenkam. Elke dag kammen, zorgt dat er minder neten overblijven en de uitgekomen luizen worden verwijderd.
- Behandel alle gezinsleden die hoofdluis hebben allemaal tegelijk.

De Nisskakam en de Nitcomb-m2:

Dit zijn metalen kammen en deze verwijderen luizen en neten.

Bij gekruld of dik haar is kammen met de Nitcomb-m2 minder pijnlijk dan kammen met de Nisskakam. Deze behandeling moet dagelijks, gedurende 14 dagen nauwkeurig gebeuren:

Doe om de stalen tanden van de kam een gaasje of (nog beter) een vloeipapiertje dat gebruikt wordt voor het permanenten van het haar.

Met het afhalen van het papiertje wordt de kam beter schoon. De kam is niet bestand tegen het schoonmaken met een naald. Na iedere behandeling kun je hem wel schoonmaken met heet water en bijvoorbeeld een oude tandborstel.

Uitvoering

Dag 1

Kammen met de luizenkam.

Maak het haar eerst nat en smeer er het mengsel van crèmespoeling, azijn en water in zoals beschreven op blz 6. Kam het haar lok voor lok.

Maak de luizenkam (en de haarklemmetjes) goed schoon onder ruim stromend water.

Door te kammen met een goede luizenkam verwijder je de luizen en de meeste neten. Dan kunnen er minder nieuwe luizen uitkomen.

Dag 2 tot en met 14

Elke dag kammen met de luizenkam.

Het is erg moeilijk om ervoor te zorgen dat in een keer alle neten uit het haar gekamd zijn. Neten die zijn blijven zitten kunnen dan nog uitkomen. Daarom is het belangrijk om dagelijks de haren grondig te kammen met de luizenkam om de jonge luisjes eruit te halen. Die krijgen dan ook geen kans om 's nachts eitjes te leggen.

Zodra er geen luizen meer gevonden worden, gelden de zelfde voorschriften m.b.t. nacontrole (zie punt 8) én de overige benodigde (extra) maatregelen thuis (zie punt 7 en 9).

*****Door intensieve aanpak en nacontrole kan men van hoofdluis afkomen*****