

# 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 remedie.

## 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. De hoofdluis zoekt graag een warm plekje op bijvoorbeeld: achter de oren, in de nek of onder een pony. Kinderen lopen de meeste kans hoofdluis te krijgen, omdat ze bij het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken. De rol van overdracht via kammen, mutsen, jassen, petten, sjaals, koptelefoons, knuffels en beddengoed is nooit wetenschappelijk aangetoond.

## 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 roodbruine beestjes van een paar millimeter groot nadat ze bloed opgezogen hebben. 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. Zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis besmettelijk. De behandeling bestaat uit bestrijden en herbesmetting voorkomen.

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

Dit uitkammen is het belangrijkste. Volg de volgende stappen:

- Was het haar met gewone shampoo en spoel het uit.
- Bescherm 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 ander oor.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een papieren servet of zakdoek.
- Spoel de crèmespoeling uit.

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.

### **Antihooftluismiddelen**

In Nederland zijn voor de bestrijding van hoofdluis middelen beschikbaar in de vorm van een lotion, crème of shampoo op basis van de volgende werkzame stoffen: dimeticon, malathion en permetrine, er is geen voorkeur voor één van deze middelen. Deze middelen zijn vrij verkrijgbaar bij drogist of apotheek en doden aanwezige luizen door chemische inwerking (malathion en permetrine) of mechanisch ademwegbelemmering (dimeticon). Als u na de behandeling nog steeds hoofdluis aantreft, kies dan een product op basis van één van de andere stoffen.

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, zwemmen in chloorhoudend water op de dag van behandeling wordt afgeraden.

Zwangere, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen jonger dan zes maanden wordt 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, controleer dan meteen alle gezinsleden. Meld het bovendien op school, bij de kinderopvang, op clubjes, bij vriend(innet)jes, oppassen, opa's en oma's.