



**Iedereen kan hoofdluizen krijgen!** Zelfs als je je haren elke dag wast. Dit heeft niets met hygiëne te maken. Hoofdluizen zijn niet gevaarlijk en brengen geen ziekten over, maar kunnen enorm lastig zijn en voor heel wat ongemak zorgen. Zoals u griep of mazelen kan krijgen, zo kan u ook plots besmet worden met luizen.

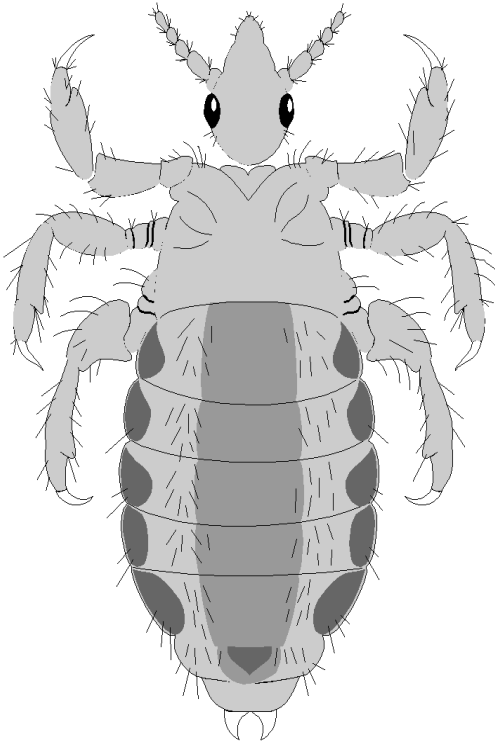


## Hoofdluizen ... vervelende beestjes

Men hoeft er zich niet voor te schamen of schuldig te voelen, als je met dit vervelende probleem te maken krijgt. Het is verstandig om zo snel mogelijk de school, de kinderoppas, de grootouders, vrienden ... in te lichten over het probleem. Een snelle en grondige bestrijding van luizen zorgt ervoor dat de besmetting niet erger wordt. Als iedereen dan zijn steentje bijdraagt, kan het probleem snel opgelost worden.

**Als school willen wij in de toekomst, samen met de ouders, mogelijke besmettingen beter en krachtiger aanpakken. Deze brochure vertelt heel wat over luizen en de aanpak ervan. Mogen wij vragen deze brochure eens door te nemen en ze zeker te bewaren.**

## Hoe zien luizen eruit?



Hoofdluizen zijn kleine langwerpige insecten die leven in de hoofdharen van mensen. Een hoofdluis kan ongeveer 4 millimeter groot worden en is lichtgrijs tot bruinachtig zwart van kleur. De mannelijke luizen zijn iets kleiner dan de vrouwelijke. Jonge luisjes zie je amper.

Hoofdluizen hebben sterke klempoten waarmee ze zich stevig vastklemmen aan haren. Ze houden vooral van warme plekjes en zitten het liefst vlak achter de oren of in de nek. Hoofdluizen kunnen enkel overleven op de mens en dus niet op huisdieren, zetels ...

Luizen kunnen niet vliegen, zwemmen of springen, het zijn overlopers! Ze kunnen alleen overgaan door direct contact van hoofd naar hoofd bijvoorbeeld tijdens het knuffelen, samen spelen of slapen maar ook via beddengoed, knuffels, mutsen, petjes, kammen ... Luizen zijn erg beweeglijk en het overlopen kan vrij snel gebeuren.

## Hoe leven luizen?

Hoofdluizen leven van bloed dat zij opzuigen uit de hoofdhuid van de gastheer. Gemiddeld 'drinkt' de luis 5 tot 6 keer per dag. Als zij gegeten hebben, veranderen ze in een meer rode kleur. Wanneer de luis de hoofdhuid niet regelmatig kan bezoeken verhongert hij en sterft. De bijtplaatsen kunnen flink jeuken.

Een volwassen hoofdluis leeft maximaal zes weken. De vrouwtjesluis legt in die tijd ongeveer 4 tot 8 eitjes (= neten ) per dag. Na zeven à tien dagen komen de kleine luizen uit het ei en zij zijn na ongeveer 10 dagen geslachtsrijp.

Een neet is 0,8 tot 1 mm lang en ongeveer 0,3 mm breed. Ze zien eruit als grijswitte tot parelmoerkleurige, ovale bolletjes. De luis plakt de neten vast aan de haren, vlak boven de huid. Dat doet ze met een soort lijm, die niet in water oplost. Lege neten zijn helderwit en vind je op

minstens 1 cm van de hoofdhuid. Neten met een dode luis erin zijn zwart/bruin tot grijsachtig van kleur.

Een volwassen luis die geen menselijk bloed kan zuigen, kan maar 2 dagen overleven. Neten houden het langer vol. Sommige overleven 6 dagen bij gewone kamertemperatuur.

## Hoe kan je luizen opsporen?

Hoofdluizen kunnen veel jeuk veroorzaken. Krabben in het haar, vooral vooraan op het hoofd, achter de oren of in de nek, kan een aanwijzing zijn voor luizen. De jeuk ontstaat door het speeksel van de luizen dat in de hoofdhuid wordt gebracht tijdens het bloedzuigen. Wanneer de jeuk leidt tot krabben kunnen wondjes ontstaan die op hun beurt weer door bacteriën kunnen worden geïnfecteerd. Dit kan leiden tot pijnlijke ontstekingen.



Bij wie geen jeuk heeft, kunnen neten in het haar wijzen op de aanwezigheid van luizen. Deze kleine, grijswitte bolletjes lijken op schilfertjes, maar zitten heel vast aan het haar en zijn moeilijk te verwijderen. Ze kunnen overal zitten maar zijn vooral terug te vinden in de nek, boven en achter de oren en vooraan op het hoofd.

Luizen zelf zijn niet zo gemakkelijk op te sporen. Je kunt ze vinden door het haar zorgvuldig te kammen met een luizenkam wanneer het hoofd voorover is gebogen over een wit blad papier, een witte handdoek, een witte lavabo. Je vindt ze ook terug op de luizenkam. Voor kinderen met kroeshaar bestaan er kammen met langere tanden.

## Hoe kan ik de luizen bestrijden?

Start geen behandeling als je geen luizen of neten vindt. Je kan luizen niet preventief behandelen. Het enige resultaat is dat de producten minder werkzaam zullen zijn op het moment dat je ze wel nodig hebt.

Wie luizen heeft moet behandeld worden. Luizen gaan niet vanzelf weg! Voor meer raad kan je terecht bij de huisarts, de apotheker of ons kriebelteam.

## De chemische methode



De chemische behandeling bestaat uit een lotion of **shampoo** die het zenuwstelsel van de luis aantast waardoor ze sterft. Ook neten worden op deze wijze uitgeschakeld. Meestal is een eenmalige behandeling voldoende.

Voor een degelijk product ga je best langs in een **apotheek**. Daar kan men je de voor en nadelen van elk product geven.

- Behandeling met malathion of met synthetische pyrethrines op basis van permethrine of Pyrethroïden (depallethrine 0,66% + piperonylbutoxide 2,64%) verdienen de voorkeur. Tijdens de behandeling met producten bescherm je best de ogen. Vermijd aanraking met andere lichaamsdelen.

**Na de behandeling kam je het haar nog gedurende 14 dagen lok per lok uit met een luizenkam.** Als er toch nog een jonge luis uitkomt, wordt ze verwijderd voor ze volwassen is en zelf eitjes kan leggen.

Als je na 10 dagen nog luizen of neten vindt, behandel je het haar opnieuw. Laat steeds acht dagen tussen twee behandelingen. Ben je na twee behandelingen nog niet verlost van de lastige bezoekers, gebruik dan best een ander product of een andere methode. Luizen kunnen weerstand opbouwen tegen bepaalde producten.

Dode neten kunnen nog lang in het haar kleven. Zij groeien mee uit met het haar. Hiervoor is geen nieuwe behandeling nodig. Controleer dus of het om dode of levende neten gaat, vóór je beslist opnieuw te behandelen. Verse neten zitten dichter tegen de hoofdhuid.

## De kam-methode

Sommigen willen liever niet behandelen met een anti-luizenmiddel omdat er giftige stoffen in zitten. Alternatieve behandelingen met olie of gel in het haar zijn zinloos.

De **nat-kam-methode** is een veelgebruikte en goedkope methode bij de bestrijding van luizen. Hiervoor heb je enkel een degelijke luizenkam, een gewone shampoo en een **conditioner** (crèmespoeling, balsem) nodig.

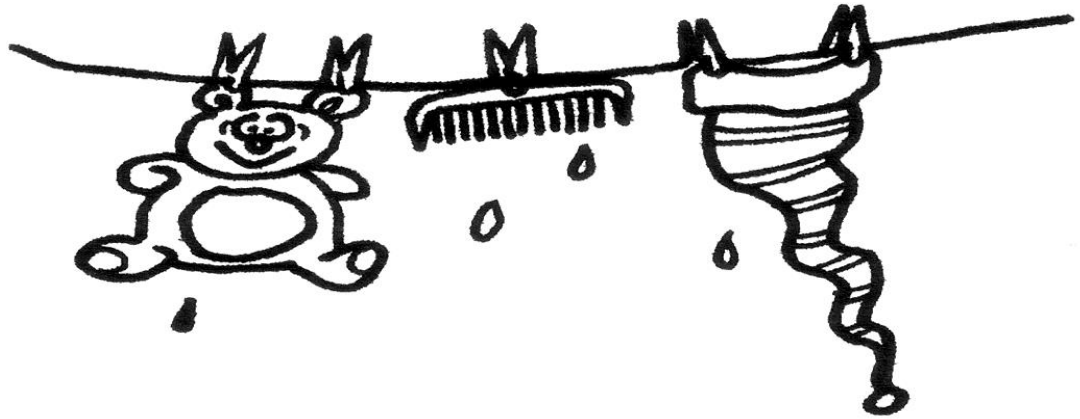
- Was het haar met gewone shampoo en breng overvloedig conditioner aan zodat het haar zo glad mogelijk wordt.
- Laat de conditioner enkele minuten inwerken en kam met een gewone kam de knopen uit het haar.
- Kam dan met een luizenkam het haar van achter naar voor, zo dicht mogelijk tegen de schedelhuid. Start bij het ene oor en schuif na elke kambeweging een stukje op naar het andere oor.
- Veeg na elke kambeweging de luizenkam af aan een stuk wit keukenpapier en controleer of je luizen of neten hebt uitgekamd.
- Spoel het haar, laat het zeer nat en kam het met een gewone kam naar achter.
- Kam het daarna van voor naar achter en van oor tot oor met een luizenkam.

Om effect te hebben, is het noodzakelijk dat je de nat-kam-methode gedurende twee weken om de vier dagen herhaalt. Na twee weken zouden alle luizen en neten moeten verdwenen zijn.

## **Wat moet er na de behandeling nog gebeuren?**

Het bestrijden van luizen gaat verder dan de haren alleen. Een nieuwe besmetting wordt maar uitgesloten als u de zaken hieronder ook nog doet.

- Was alle kleren en beddengoed op tenminste 60°
- Wat je niet zo warm kan wassen ( mutsen, sjaals en knuffels ) zet je één tot twee weken in een goed gesloten plastic zak weg of steek je 24 uur in de diepvries.
- Stofzuig zoveel mogelijk matrassen, zetels, hoofdkussens ...
- Reinig alle kammen en borstels in kokend water gedurende 10 minuten.
- Leer kinderen dat ze hun mutsen en kammen beter niet uitwisselen.
- Controleer en behandel indien nodig alle gezinsleden.
- Controleer regelmatig de haren van je kinderen.



## Zwijg er niet over!

Stel je luizen vast bij je kinderen, waarschuw dan de school of de leerkracht van je kind. Het is geen schande om luizen te hebben. De school kan dan de andere ouders op de hoogte brengen en proberen om verdere verspreiding te voorkomen.

Een luizenbesmetting kan je niet alleen oplossen. Pas wanneer iedereen het probleem degelijk aanpakt kan het verholpen worden.

### Luizen op het web

Ook op het internet vind je heel wat informatie terug over luizen. Wij geven je alvast de volgende websites mee. Het is niet onze bedoeling om u een bepaald product aan te raden.

[www.natkambende.be](http://www.natkambende.be)

<http://www.wvc.vlaanderen.be/luizen/index.htm>

[www.shampoux.com](http://www.shampoux.com)

[www.luizen.info](http://www.luizen.info)

[www.vlaanderen.be/luizen](http://www.vlaanderen.be/luizen)