Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Beestjes in je haar

Hoofdluis oplopen is gewoon pech hebben. Het heeft niets te maken met vies of schoon haar. Een hoofdluis gaat in je haar zitten en legt daar tot wel 6 eitjes per dag in je haar. Voor je het weet zit heel je haar opeens vol kriebelende beestjes. En die beestjes kunnen van jouw hoofd weer heel gemakkelijk naar een ander hoofd wandelen. Op die manier kunnen al je vrienden en vriendinnen hoofdluis krijgen. Maar ook je vader, je moeder, broertjes of zusjes. Daarom is het belangrijk de hoofdluis zo snel mogelijk weg te krijgen.

Hoe ziet hoofdluis eruit?
Een hoofdluis is een klein, grijsblauw beestje. Zo groot als een sesamzaadje. Als de hoofdluis een beetje van jouw bloed opzuigt verandert hij van kleur. Dan wordt hij roodbruin. Neten (zo noem je de eitjes van de hoofdluis) zien eruit als witte, grijze, of zwarte stipjes. Ze zitten op het haar, dicht bij de haarwortel.

Hoe weet je of je hoofdluis hebt?
Als je nog maar een of twee luizen hebt, merk je meestal niks. Maar als er meer komen, krijg je vaak veel jeuk. Je kunt ontdekken of je hoofdluis hebt door heel nauwkeurig, pluk voor pluk, het haar te laten controleren. Vooral dicht bij de haarwortel, hier legt een hoofdluis zijn eitjes.

Hoe krijg je hoofdluis weg?
Hoofdluis krijg je weg door je haar heel goed te laten kammen. Elke dag, twee weken achter elkaar. Dat moet met een kam waarvan de tanden dicht op elkaar staan. De neten kam je het moeilijkste weg. Die zitten namelijk aan het haar vastgeplakt. Maar ook die moet je allemaal wegkammen, anders komen er weer nieuwe luizen. Als je je haar met azijn natmaakt, laten de neten los. Je kunt shampoo of lotion tegen luis gebruiken, maar ook dan moet je elke dag goed kammen.

Hoofdluis heb je niet alleen
Je kunt er niets aan doen als je hoofdluis krijgt. Het is belangrijk dat de juf of meester weet dat je het hebt. Zij kunnen andere ouders vragen om op hoofdluis te letten bij hun kinderen. Ook je broertjes en zusjes en je vader en moeder moeten kijken of ze hoofdluis hebben. Je ouders kunnen op school of bij de GGD informatie krijgen waarin wordt uitgelegd hoe je hoofdluis weg krijgt. Op de website van het RIVM is ook veel informatie te vinden over hoofdluis en behandeling van hoofdluis: www.rivm.nl/hoofdluis.

Op onze school wordt na iedere vakantie door hulpouders een luizencontrole uitgevoerd. Indien er luizen of neten aangetroffen worden, wordt u door de leerkracht op de hoogte gesteld.