

Hoofdluis: algemene informatie

Maart 2025

Bron: RIVM: [Hoofdluis](#) | [RIVM](#)

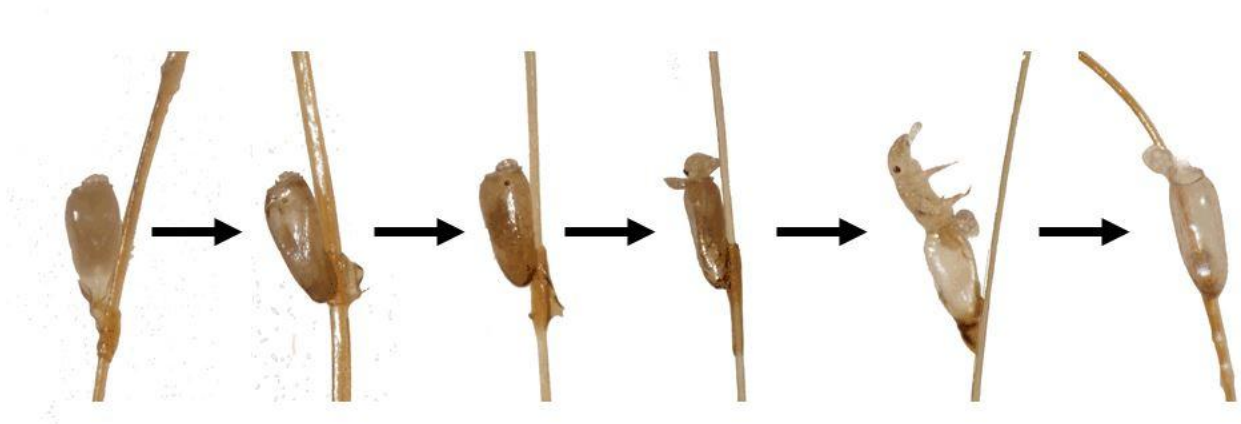
Hoofdluizen zijn kleine beestjes die leven op warme en behaarde plekjes op het hoofd. Daar houden ze zich in leven door het zuigen van bloed. Ze kunnen zich vooral snel verspreiden onder kinderen. Daarom is het belangrijk regelmatig te controleren, bijvoorbeeld 1 keer per maand. Begin de behandeling zo snel mogelijk, liefst dezelfde dag.

Luis in je haar? Kammen maar!

Hoofdluis kun je krijgen van iemand die hoofdluis heeft. De luizen lopen van het ene hoofd naar het andere, bijvoorbeeld als kinderen met elkaar spelen of een selfie maken. Ze verplaatsen zich niet via kleding, beddengoed of knuffels.

Op basisscholen controleren luizenouders regelmatig of er hoofdluis is. Hoofdluis komt echter bij alle kinderen voor, dus ook bij kinderen jonger dan 4 jaar en kinderen die op de middelbare school zitten. Het is dus ook belangrijk om kinderen thuis regelmatig te controleren op hoofdluis. Je kunt dit bijvoorbeeld op de eerste dag van elke maand doen.

Hoofdluizen zijn niet schadelijk, maar vooral vervelend. Ze kunnen voor veel jeuk zorgen. Om te voorkomen dat hoofdluis een hardnekkig probleem wordt, is het belangrijk om regelmatig het haar te [controleren](#). Als kinderen hoofdluis hebben, is het belangrijk dat gezinsleden, klasgenootjes of vriendjes met hoofdluis tegelijkertijd worden [behandeld](#). Zo kunnen ze elkaar niet steeds opnieuw besmetten.



Afbeelding: neten in verschillende stadia. Links gevuld, uitkomend, tot rechts leeg. De kleur van de neten verandert: van donkerder bij gevuld tot doorzichtiger bij leeg, en afhankelijk van de weerskaatsende haarkleur.

Foto: Chantal Vogels

Controleren en behandelen

Bron: RIVM: [Controleren en behandelen](#) | RIVM

Om te zorgen dat hoofdluis geen hardnekkig probleem wordt, is het belangrijk om regelmatig te controleren op hoofdluis. Dan worden de luizen in een vroeg stadium ontdekt en is de behandeling eenvoudiger. Grijp dan ook meteen in als u hoofdluis ontdekt. De beste aanpak is twee weken lang elke dag uitgebreid de haren kammen met een fijntandige kam. In onze instructiefilm kunt u zien hoe u het beste kunt controleren en behandelen.

Controleren

Als u controleert op hoofdluis, kijk dan goed tussen de haren. Vooral in de haren achter de oren en in de nek. De hoofdluizen zijn zo groot als een sesamzaadje en bewegen. Ziet u doorzichtige of grijswitte puntjes die aan de haren kleven? Dat zijn de eitjes van de hoofdluis (neten).

Als u hoofdluis heeft ontdekt, controleer dan ook alle gezinsleden, en vertel directe contacten dat u of een van uw gezinsleden hoofdluis heeft. Denk hierbij aan school, kinderopvang, ouders van vrienden van de kinderen, sportclubs, opa's en oma's etc. Zij kunnen zich dan ook (laten) controleren op hoofdluis.

Behandelen

De beste aanpak is om het haar twee weken lang elke dag goed door te kammen met een fijntandige kam. Het duurt 10 dagen voor een eitje van een hoofdluis uitkomt. De eitjes zijn moeilijk te verwijderen, maar hoofdluizen blijven in de luizenkam achter. Als u twee weken elke dag kamt, kunt u alle hoofdluizen verwijderen.

Hoe kunt u kammen?

- Maak het haar nat en verdeel eventueel crèmespoeling door het haar. Het kammen gaat makkelijker als u crèmespoeling gebruikt. Kam met een gewone kam of borstel eerst de klitten uit het haar.
- Houd het hoofd voorover, boven een wasbak of een wit stuk papier. Kam het haar met een fijntandige kam (zoals een luizenkam) van achter naar voren, begin telkens dicht bij de hoofdhuid. De hoofdluizen zitten namelijk op de hoofdhuid. Zorg dat u elke haarpluk doorkamt.
- Veeg de kam regelmatig af aan een stuk keukenpapier of papieren zakdoek. Gooi deze na afloop weg.
- Neten kunt u verwijderen met de nagels. Eventueel kunt u de neten deppen met een doekje waar azijn op zit. Dan laten de neten makkelijker los.
- Spoel de crèmespoeling uit het haar.
- Maak de kam na gebruik goed schoon met water en zeep.

U kunt deze behandeling eventueel combineren met een antihoofdluismiddel. Ook dan is het belangrijk dat u twee weken lang elke dag het haar doorkamt. U kunt het beste een antihoofdluismiddel gebruiken waar dimeticon in zit. Hoofdluizen worden steeds vaker ongevoelig voor antihoofdluismiddelen