



## Luis in je haar? Kammen maar!

### Weetjes en tips over hoofdluizen.

- Hoofdluizen zijn het levende bewijs dat dieren zich tot in de puntjes aanpassen aan hun omgeving. Zo zijn luizen in Zuid-Europese kapsels donkerder dan hun Scandinavische neefjes. Een betere camouflagejas vergroot immers de overlevingskans.
- Onze hoofdhuid biedt alles wat een luizenhart begeert: warmte, vocht en een onuitputtelijke voorraad mensenbloed. Gemiddeld zet een hoofdluis zes keer per dag de tanden van zijn uitschuifbare snuit in je huid.
- Bij zijn bloedroof spuit de hoofdluis stollingsremmend speeksel in dat voorkomt dat de hoofdhuid sluit. Het spuug en niet de pootjes zorgt ervoor dat je gekriebel ervaart. Tenminste als je daar gevoelig voor bent. Ongeveer 53 procent van de mensen zal een hoofdluis nooit voelen kriebelen.
- De hoofdluis sterft binnen 8 tot 24 uur buiten een mensenhoofd door uitdroging.
- Hoofdluizen dragen geen ziektes over.
- Een hoofdluis leeft ongeveer één maand en legt dagelijks 4 tot 8 eitjes.
- Deze eitjes, neten genaamd, worden voorzien van een soort waterbestendige secondelijm. Ook nadat de jonge luizen (nimfen) hun eitjes hebben verlaten blijven de neten soms maanden lang plakken.
- Zonder menselijke habitat zijn hoofdluizen ten dode opgeschreven. Tenzij hun gastheer sterft of door koorts verandert in een snelkookpan, zal een hoofdluis nooit vrijwillig overstappen op een dier of voorwerp. Het grondig reinigen of zelfs uitkoken van knuffels, lakens en tapijten is overbodig.
- Ook luizencapes over jassen zijn nutteloos.
- Hoofdluizen kunnen niet springen, vliegen of zwemmen en zijn eveneens hondsberoerde wandelaars. Wel klimmen ze als doorgewinterde alpinisten. Hun top snelheid: 40 cm per minuut, omhoog of omlaag.
- De overstap naar een andere gastheer kan alleen als er haarcontact is met een ander mens. Hoofdluizen kunnen prima overleven op volwassenen, maar aangezien kinderen vaker de hoofden bij elkaar steken – in drukke klaslokalen of tijdens stoeipartijtjes – zijn vooral crèches en basisscholen berucht besmettingsgebied. Ook middelbare scholen zijn in dit selfietijdperk allerminst veilig.

- Een hoofdluis besmetting zegt niets over je persoonlijke hygiëne. De beestjes voelen zich net zo lekker op een fris gewassen hoofd als in een coup ravage. Hoofdluizen komen vaker voor op schone haren.
- Douchen badden of zwemmen is geen effectief middel tegen hoofdluizen. Hoofdluizen kunnen acht uur lang hun adem inhouden.

## Hoe ontdek je hoofdluis..?

Hoofdluizen zoeken warme plekjes op. Kijk goed tussen de haren achter de oren en in de nek. Kam met een luizenkam boven een vel wit papier. Dan kun je goed zien of er luizen uitvallen.

Neten zien eruit als kleine grijswitte puntjes en kleven vast aan de haren. Ze lijken op roos, maar roos zit los en neten zitten vast in het haar.



## Behandelen

Hoofdluizen blijken steeds vaker resistent tegen antiluzenmiddeltjes met Malathion en Permetrine. De voor mensen onschadelijke stof Dimeticon is nog wel succesvol; er wordt een flinterdun laagje rond de luizen gevormd waardoor ze stikken. Om ook de laatste overlevenden te grazen te nemen blijft kammen noodzakelijk.

### Uitkammethode:

- Kam 14 dagen elke dag het haar met een netenkam.
- Maak het haar nat, doe er crèmespoeling in en kam het het haar pluk voor pluk met een netenkam. Crèmespoeling, voorkomt dat de luizen massaal richting de hoofdhuid vluchten.
- Als er na 14 dagen nog levende luizen worden aangetroffen, kan de uitkammethode gecombineerd worden met een antihoofdluismiddel.

Het blijft desondanks een gevecht van de lange adem. Twee weken dagelijks kammen is de norm.

### Welke kam moet je gebruiken?

- Luizenkam: plastic kammetje. Deze gebruik je om luizen op te sporen. Neten krijg je er niet mee weg.
- Netenkam: fijne metalenkam. Deze gebruik je bij de uitkammethode.

Neem geen risico op herbesmetting en controleer en behandel alle gezinsleden.

Bronnen: RIVM, landelijk steunpunt hoofdluis (LSH), de luizenkliniek, hoofdluis van Geert-Jan Roeber.

