

Beste ouders/verzorgers,



Bij uw zoon of dochter is hoofdluis geconstateerd.
Hierbij treft u informatie aan over het bestrijden van luizen en neten.

Besmetting

Hoofdluis is erg besmettelijk. Je krijg het door direct haar-haar contact. Luizen lopen via het haar over van hoofd naar hoofd. Luizen kunnen niet springen. Ze lopen ook niet via jassen en kleding van de een naar de ander. Een luis laat alléén los van het haar, als hij direct kan overlopen naar het haar van iemand anders. Als een luis wel loslaat van het haar en ergens op valt, is het een bejaarde of verzwakte luis en kan deze geen besmetting meer veroorzaken.

Hoe herken je luizen en neten?

Luizen zijn altijd in beweging. Daaraan kun je ze goed herkennen. Jonge luizen zijn grijs-wit en soms maar 1 mm groot. Een volwassen hoofdluis is ongeveer 3-4 mm en is roodbruin tot zwart van kleur. Neten zijn kleine witte druppelvormige stippen die vast zitten aan het haar. Het voelt als een knoopje. Het lijkt op roos, maar roos ligt los tussen het haar en een neet zit vast aan een haar. Een neet tot 2 cm van de hoofdhuid kan nog uitkomen, maar als de neet verder van de hoofdhuid zit, is het een "oude neet" en komt er geen luis meer uit.

Preventie

Je kunt niet echt voorkómen dat je hoofdluis krijgt. Wel kun je ervoor zorgen dat een besmetting klein blijft, door wekelijks thuis te controleren met een luizenkam. Mocht je luizen hebben, kun je snel overgaan tot behandelen. Uit recent onderzoek is gebleken dat luizen minder vaak voorkomen bij mensen die gel of haarlak gebruiken. Waarschijnlijk loopt een luis dan minder makkelijk over het haar. Maar let op: als je eenmaal hoofdluizen hebt, helpen gel en haarlak niet om eraf te komen!

Hoofdluis komt vaker voor bij meisjes dan bij jongens. Vooral meisjes met lang haar zijn de klos: luizen worden gemakkelijker overgedragen *door* iemand met lang haar en *aan* iemand met lang haar. Het advies is daarom: staart of vlecht indoen als je hoofdluis hebt!

Behandeling

Als je hoofdluis hebt, is het belangrijk om zo snel mogelijk te beginnen met de behandeling. Het belangrijkste advies is: **14 dagen lang dagelijks kammen met de juiste kam.**

De beste kam om luizen én neten te verwijderen is een netenkam. Dit is een kam met lange, fijne, ijzeren tanden, bijvoorbeeld de Nisska of de Assykam (circa €12). Door de fijne tanden worden neten uitgekamd, door de lange tanden kun je beter door een pluk lang haar kammen.

Een plastic luizenkam of een luizenkam met korte tanden kan ook gebruikt worden, maar is minder geschikt voor het verwijderen van kleine luizen. Deze kammen zijn niet geschikt bij lang haar of voor het verwijderen van neten.



Hoe kam je?

Maak het haar nat. Verdeel er zo nodig wat crèmespoeling doorheen om het kammen makkelijk te maken. Kam het haar met een netenkam, pluk voor pluk, vanaf de haarwortel. Werk systematisch: begin bij het ene oor en neem steeds een plukje ernaast richting het andere oor. Veeg of spoel tussendoor steeds de kam af. Werk zo het hele haar door. Spoel tenslotte de crèmespoeling uit en reinig de netenkam met water en zeep.

Houd er rekening mee dat het kammen best een tijd duurt, 20 tot 30 minuten is normaal, zeker bij meisjes met lang haar.

Kam en controleer alle gezinsleden. Iedereen die hoofdluis heeft, moet 14 dagen lang gekamd worden. Na 14 dagen ben je er dan -als het goed is- vanaf.

Verwijderen neten

Neten –de eitjes van de hoofdluis- zitten met een soort lijm vastgeplakt aan de haren en kam je lastig weg.

Neten kun je losweken met een oplossing van 1/3 keukenazijn en 2/3 warm water. Maak het haar goed nat hiermee en laat het 20 minuutjes intrekken. Daarna kammen met een netenkam (zie hierboven).

Hoofdluisbestrijdingsmiddel of niet?

Het 14 dagen kammen kan eventueel aangevuld worden met het gebruik van een hoofdluis bestrijdingsmiddel. De voorkeur gaat uit naar een middel op basis van dimeticon, omdat luizen hier niet resistent tegen zijn. Het gebruik van een hoofdluisbestrijdingsmiddel is bedoeld als aanvulling op het kammen, maar is niet noodzakelijk.

Het belangrijkste is 14 dagen dagelijks kammen (geen dag overslaan!), zodat alle luizen die nog uit de neten komen weggekamd worden.

Meer informatie

Wilt u meer informatie, of komt u lastig van de hoofdluizen af?

Neem dan gerust contact op met de GGD voor advies en begeleiding, telefoon 088-0100555. Zie ook: onderstaande websites.

<http://www.rivm.nl/hoofdluis>

http://www.rivm.nl/Documenten_en_publicaties/Algemeen_Actueel/Veelgestelde_vragen/Infectieziekten/Vragen_en_antwoorden_over_hoofdluis

<http://www.ggdhollandsnoorden.nl/opvoeden-opgroeien/opgroeierend-kind/hoofdluis.aspx>