



# Werkgroep hoofdluis

van de Koningin Wilhelminaschool

## INFORMATIE OVER HOOFDLUIS

### *Wat is hoofdluis?*

Net als muggen zijn hoofdluizen insecten die leven van bloed. En net zoals muggenbeten jeuken, doen luizenbeten dat ook. Hoofdluis komt veel voor en is eigenlijk heel gewoon. Je bent niet ziek, het is ook niet schadelijk en je kunt er van afkomen.

Hoofdluizen zijn kleine beestjes die zich stevig vastklemmen aan het haar. Ze komen alleen bij mensen voor en voeden zich met ons bloed. Een hoofdluis wordt ongeveer 3 mm lang. Hoofdluizen kunnen hun kleur aanpassen aan de haarkleur, waardoor ze moeilijk zijn op te sporen. Volwassen luizen leggen 6 tot 8 eitjes per dag. Die noemen we neten. De neten worden aan de haren vastgeplakt. Dicht op de hoofdhuid en het liefst op de warmste plekken, zoals achter de oren, in de nek of onder de pony van een kind. De neten zijn witgrijs van kleur en ongeveer 1 mm groot. Ze zitten stevig vast. Na een week komen ze uit en dan begint de hele cyclus opnieuw. Zonder voeding overleven hoofdluizen nog een dag of twee. De neten komen zelfs nog na een dag of zes uit, los van ons lichaam.

### *De feiten over hoofdluis op een rijtje.*

- In alle westerse landen komt hoofdluis steeds vaker voor onder kinderen tussen 3 en 12 jaar. Wanneer de middelbare school leeftijd wordt bereikt komt hoofdluis zelden of nooit meer voor.
- Hoofdluis is geen ziekte, het is niet schadelijk en je hoeft je er niet voor te schamen, maar het is wel heel

vervelend.

- Het heeft niets te maken met een gebrek aan hygiëne. Hoe schoner de hoofdhuid, des te aantrekkelijker voor de hoofdluis.
- Tijdens het zwemmen of haren wassen blijven de luizen en neten zitten. Dicht bij de hoofdhuid.
- Hoofdluis is heel besmettelijk. Contacten tussen kinderen op school of thuis en soms ook met ouders of leerkrachten leiden makkelijk tot besmetting. De hoofdluis is een "overloper" en wandelt van het ene hoofd naar het andere. Of hij loopt over van een kam, kledingstuk of kussen. Springen of vliegen kan een hoofdluis niet.

### *Hoofdluis in uw gezin*

In gezinnen met meerdere jonge kinderen kan het heel lastig zijn om van hoofdluis af te komen. Het intensieve contact tussen gezinsleden thuis en de kinderen op school zorgen er vaak voor dat, terwijl het ene kind wordt behandeld tegen hoofdluis, de besmetting zich ondertussen ontwikkelt bij een ander kind.

### *Beter voorkomen dan genezen*

Om een hoofdluisbesmetting te voorkomen helpt het wanneer alle familieleden gelijktijdig overgaan op het gebruik van een middel.

### *Praat openlijk over hoofdluis*

Zowel ouders als kinderen schamen zich soms voor hoofdluis en durven het op school niet te vertellen. Voor hen is het belangrijk te weten dat hoofdluis bij iedereen kan voorkomen en niets te maken heeft met een gebrek aan hygiëne, zoals vaak wordt gedacht!!

### *Tips voor de bestrijding van hoofdluis*

- \* Was de hoes van het autostoeltje (liefst op 60 graden)
- \* Zit uw kind zonder stoeltje in de auto, zuig dan de auto zeer goed uit
- \* Zuig uw bankstel grondig af, of indien mogelijk; sop het bankstel
- \* Zuig heel uw huis goed
- \* Was alle jassen - mutsen - sjaals (liefst op 60 graden); ook die van de andere gezinsleden!
- \* Was hoedjes en petten indien mogelijk op 60 graden, stop ze anders 24 uur in de vriezer, of 48 uur in een goed gesloten zak.
- \* Was al het beddengoed op 60 graden, zuig het matras goed af.
- \* Heeft uw kind ook in een ander bed gelegen (broer, zus of ouders) verschoon dit dan ook
- \* Was de kleding die uw kind aan heeft

(liefst op 60 graden)

- \* Als er ongewassen kleding in de kast is, moet u al de kleding uit de kast ook wassen
- \* Was knuffels ook op 60 graden
- \* Na afloop van al uw zuigwerk moet u de stofzuigerzak weggoien.
- \* Reinig ook kammen en borstels, kook ze 5 minuten uit in een pan met water, of ontsmet ze met 70% alcohol.
- \* Er zijn diverse soorten shampoo te koop, vraag er naar bij de drogist of apotheek. Dit zijn een aantal bekende soorten shampoo: *Prioderm*, *XT luis*, *Anti luis (gezond en wel winkel)*, *Millium (gezond en wel winkel)* *Dit middel kan door heel het gezin ook preventief worden gebruikt.*
- \* Heel belangrijk is naast het gebruik van een goede shampoo ook het uitkammen van het haar. Doe dit met een luizen- of netenkam.
- \* Nog een tip voor lang of dik haar; smeer heel veel crèmespoeling in het haar en kam het dan uit. Daarna wel heel goed uitspoelen.

Heeft u nog vragen? Stel ze gerust aan de coördinator van de werkgroep hoofdluis:

Willemien Verhoeven ( Tel. 078-6812323)