

LUIZEN TE LIJF

WAT ELKE MAMA & PAPA
MOET WETEN OVER LUIZEN



WAT IS EEN LUIZ



HOOFDLUIZEN ZIJN VERVELENDE BEESTJES, DIE HEVIGE JEUK KUNNEN VEROOZAKEN. HOOFDLUIZEN ZIJN GEEN SCHANDE: IEDEREEN KAN ZE KRIJGEN. ZODRA JE HOOFDLUIZEN VASTSTELT, IS HET BELANGRIJK OM ONMIDDELIJK EEN BEHANDELING TE STARTEN EN EROVER TE PRATEN. OP DIE MANIER VERMIJD JE DAT DE LUIZEN ZICH VERDER KUNNEN VERSPREIDEN.

Een hoofdlius is een klein insect dat leeft tussen de haren van de mens. Een luis heeft zes poten en is grijswit tot bruin van kleur. Hoofdluizen zitten bij voorkeur op warme, vochtige en donkere plaatsen, zoals achter de oren of in de nek. Ze klampen zich met hun pootjes stevig aan de haren vast. Een luis voedt zich verschillende keren per dag door kleine hoeveelheden bloed doorheen de hoofdhuid te zuigen.

Tijdens het voeden komt er speeksel van de luis vrij, wat jeuk kan veroorzaken. Zonder bloedmaaltijden sterft een luis na 2 dagen.

De levenscyclus van een luis bestaat uit 3 stadia: neet, nimf en luis. De neten (de eitjes van een luis) zijn ovaalvormig en ongeveer 0,8 mm groot. Vrouwelijke luizen leggen tot acht eitjes per dag. Ze plakken hun eitjes net boven de hoofdhuid stevig vast op een haarschacht. Uit die neten komen nimfen. De lege neten blijven achter op de haarschacht.

Nimfen zien eruit als volwassen luizen, maar ze zijn kleiner. De nimfen groeien vervolgens uit tot volwassen luizen. Op je hoofdhuid kunnen luizen tot 30 dagen overleven. Daarbuiten sterven ze snel.



HOE KRIJG JE LUIZEN

HOOFDLUIZEN KOMEN ZEER FREQUENT VOOR. IEDEREEN KAN LUIZEN KRIJGEN. EEN BESMETTING MET HOOFDLUIZEN HEEFT NIETS MET HYGIËNE TE MAKEN: LUIZEN HEBBEN GEEN VOORKEUR VOOR SLECHT GEWASSEN HAAR.

Luizen kunnen alleen kruipen, ze kunnen niet vliegen of springen. Ze verplaatsen zich vooral van het ene hoofd naar het andere hoofd door direct hoofdcontact. Omdat kinderen tijdens het spelen vaker hoofdcontact hebben, zijn zij het vaakst het slachtoffer van een besmetting. Ook huisgenoten van een besmet kind hebben meer kans op luizen.

Luizen kunnen ook overgedragen worden door het gemeenschappelijk gebruik van bijvoorbeeld haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels. Luizen kunnen ook overgaan via kleding als die dicht bij elkaar hangt, bijvoorbeeld aan een kapstok.

HOE HOU JE ZE WEG

HET IS HEEL MOEILIK OM BESMETTING MET LUIZEN TE VOORKOMEN. JE KUNT WEL DE VOLGENDE GEWOONTEN AANNEMEN.

- Vermijd zo veel mogelijk hoofd-hoofdcontact.
- Vermijd het gemeenschappelijk gebruik van haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels.
- Vermijd overvolle kapstokken: jassen kun je het best ongeveer 15 cm uit elkaar hangen.
- Gebruik nooit hoofdluismiddelen om luizen te voorkomen. Dat heeft geen enkel nut en het verhoogt de kans dat de luizen wennen aan het middel, zodat het niet meer werkt.
- Het haar overvloedig wassen heeft evenmin zin.

ZO KAN JE LUIZEN OPSPOREN



OM MET ZEKERHEID VAST TE STELLEN OF IEMAND BESMET IS MET HOOFDLUIZEN, IS HET BELANGRIJK DAT JE LEVENDE LUIZEN VINDT. DAT IS GEEN GEMAKKELIJKE OPDRACHT: LUIZEN ZIJN VAAK MOEILIJK TE ZIEN EN ZE VERPLAATSEN ZICH ZEER SNEL NAAR DONKERE PLAATSEN.

Luizen kun je het gemakkelijkst opsporen met de nat-kamtest. Daarvoor heb je het volgende nodig: shampoo, crèmespoeling (conditioner), wit keukenpapier of een servet, en een luizenkam. Een goede luizenkam heeft fijne tanden die 0,2 tot 0,3 mm uit elkaar staan. De doorsnede van de tanden moet hoekig zijn, bijvoorbeeld ruitvormig of rechthoekig.

DE NAT-KAMTEST IN 10 STAPPEN

- 1 Was de haren met een gewone shampoo.
- 2 Spoel de shampoo uit de haren, maar droog het haar niet af.
- 3 Breng overvloedig conditioner op het natte haar.
- 4 Kam de knopen uit het haar met een kam.
- 5 Buig nu voorover en kam het haar systematisch met een luizenkam van achteren naar voren, dus van de nek naar het voorhoofd. Begin aan het ene oor en schuif na elke kam-beweging op naar het andere oor. Kijk vooral goed achter de oren en in de nek. Druk de luizenkam goed tegen de hoofdhuid aan.
- 6 Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier om te kijken of er luizen aanwezig zijn. Als dat nodig is, kun je de luizen met een tandenstoker uit de kam halen.
- 7 Spoel de conditioner uit het haar, maar droog het haar niet af.
- 8 Kam het haar nu met een gewone kam weer naar achteren.
- 9 Kam het haar een tweede keer systematisch met de luizenkam, deze keer van voren naar achteren en opnieuw van het ene oor naar het andere.
- 10 Veeg de luizenkam opnieuw na elke kam-beweging af op een stuk wit keukenpapier.



CONTACT & INFO

Met vragen kan je steeds terecht bij het CLB van je school. Je vindt de contactgegevens op de website www.ond.vlaanderen.be/club

Je vindt de info uit de folder ook terug op de website www.zorg-en-gezondheid.be/luizen

Je kan extra folders bestellen via het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid, secretariaat afdeling Toezicht Volksgezondheid Ellipsgebouw, Koning Albert II-laan 35 bus 33, 1030 Brussel tel. 02 553 36 71 e-mail: toezichtvolksgezondheid@vlaanderen.be

V.U. Chris Vander Auwera, Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid Koning Albert II-laan 35 bus 33 1030 Brussel

Uitgave september 2010

Deze folder kwam tot stand in samenwerking met de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg

Vlaamse overheid



HOE... LUIZEN BESTRIJDEN

ALS JE LUIZEN VINDT, KUN JE BEST KIEZEN VOOR EEN BEHANDELING ZONDER HOOFDLUISMIDDELEN. DE VOORKEUR GAAT NAAR DE NAT-KAMMETHODE. BESMETTING MET LUIZEN IS IMMERS NIET SCHADELIJK EN HOOFDLUISMIDDELEN ZIJN INSECTICIDEN DIE NEVENWERKINGEN KUNNEN VEROOZAKEN.



AANDACHTSPUNTJES

Een besmetting met luizen is niet schadelijk. Kinderen met luizen hoeven dan ook nooit thuis te blijven van school.

Als je kind luizen heeft, is het belangrijk dat je het kinderdagverblijf, de school of het CLB zo snel mogelijk daarvan op de hoogte brengt. Die kunnen dan de nodige maatregelen nemen om verdere verspreiding te vermijden.

Hoofdluizen worden bij voorkeur behandeld met de nat-kammethode. Luizen zijn niet schadelijk, maar hoofdluismiddelen kunnen wel nevenwerkingen veroorzaken.

Als je luizen vaststelt, is het van groot belang dat je ook de andere huisgenoten met de nat-kamtest controleert. Alle huisgenoten met luizen moeten gelijktijdig behandeld worden. Anders is de kans groot dat ze elkaar opnieuw besmetten.

Gebruik nooit hoofdluismiddelen als er geen luizen werden vastgesteld. Hoofdluismiddelen helpen niet om besmetting met luizen te voorkomen.

DE NAT-KAMMETHODE

Voor de nat-kammethode volg je dezelfde tien stappen als bij de nat-kamtest. Je past de nat-kammethode tweemaal per week gedurende twee weken toe. Als je bij de laatste kambeurt nog luizen vindt, moet je de behandeling voortzetten, al dan niet gecombineerd met een behandeling met hoofdluismiddelen.

HOOFDLUISMIDDELEN

Als je de hoofdhuid behandelt met hoofdluismiddelen, is het zeer belangrijk dat je gelijktijdig de nat-kammethode toepast. Koop het hoofdluismiddel altijd bij een apotheker en vraag voldoende uitleg over hoe je het product moet gebruiken.

Gebruik het hoofdluismiddel maar één keer. Herhaal de behandeling alleen als je na één week nog levende luizen vaststelt met de nat-kammethode. Het is belangrijk dat je hetzelfde middel gebruikt. Anders kunnen de luizen wennen aan dat middel, waardoor het niet meer werkt. Alleen als je na een tweede toepassing met hetzelfde hoofdluismiddel nog altijd levende luizen vaststelt, kun je overschakelen op een andere behandelingsmethode.

OPGELET!

Hoofdluismiddelen zijn insecticiden.

Ze kunnen dus nevenwerkingen veroorzaken, zoals jeuk en irritatie van de hoofdhuid. Vermijd contact met de ogen en de slijmvliezen. Gebruik die middelen niet bij kinderen jonger dan zes maanden, bij zwangere vrouwen of bij vrouwen die borstvoeding geven.

Kammen en haarborstels moeten na elk gebruik gedurende vijf minuten geweekt worden in water van 60 °C.

Behandel alle gezinsleden die besmet zijn gelijktijdig.

Bij hardnekkige besmetting met luizen kan desinfectie zinvol zijn om een nieuwe besmetting te vermijden. Was kleding, handdoeken, beddengoed en knuffels op 60 °C; was ze na een week nog een tweede keer op 60 °C. Materialen die niet in de wasmachine mogen, kun je ook gedurende 48 uur buiten luchten, gedurende 24 uur in de diepvriezer leggen op -18 °C of gedurende twee weken in een afgesloten plastic zak bewaren.

HOOFDLUISMIDDELEN BIJ DE APOTHEEK

- 1 malathion 0,5 % lotion
- 2 permethrine 1 % lotion
- 3 depallethrine 0,66 % + piperonylbutoxide 2,64 % spray