

## Hoofdluis: Luis in je haar? Kammen maar!

**Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo - vooral onder kinderen. Controleer dus vaak en grijp meteen in als u hoofdluis ontdekt. Kammen met een fijntandige kam is de beste aanpak.**

### Hoe krijg je hoofdluis?

Hoofdluis heeft niets te maken met wel of niet schoon zijn. Het kan iedereen overkomen. Luizen lopen via het haar over van hoofd naar hoofd.. De hoofdluis zoekt graag een warm plekje op: achter de oren, in de nek of onder een pony bijvoorbeeld. Kinderen lopen de meeste kans hoofdluis te krijgen, omdat ze bij het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken.

### Hoe herken je hoofdluis?

Hoofdluis veroorzaakt meestal jeuk, maar niet altijd. Het is aan te raden uw kind regelmatig op hoofdluis te (laten) controleren. Als u het haar met een fijntandige kam doorkamt boven een vel wit papier, kunt u zien of er luizen uit vallen. Het zijn grijsblauwe of, nadat ze bloed opgezogen hebben, roodbruine beestjes van een paar millimeter groot. Hun eitjes, neten, zijn witte stipjes die op roos lijken. Alleen zit roos los terwijl neten juist aan het haar vastkleven.

### Behandeling

Als u hoofdluis ontdekt, is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Want zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis besmettelijk. De behandeling bestaat uit bestrijden én herbesmetting voorkomen.

1. Bestrijding: kam gedurende 14 dagen het haar elke dag met een fijntandige kam.

Dit uitkammen is het belangrijkste. Volg de volgende stappen.

- Maak het haar door en door nat. Verdeel crèmespoeling door het haar.
- Bescherm de ogen met een washandje en kam dan eerst met een gewone kam de klitten weg.
- Pak dan de fijntandige kam en kam al het hoofdhaar, pluk voor pluk, vanaf de haarwortel. Begin bij het ene oor en pak na elke kambeweging een pluk in de richting van het andere oor. Vastgeplakte neten kunt u eventueel losweken door te deppen met azijn.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een papieren servet of zakdoek.
- Spoel de crèmespoeling uit en maak de kammen schoon. U kunt ze 5 minuten uitkoken of ontsmetten met alcohol (70%).

Combineer het kammen eventueel met een antihooftluismiddel en herhaal de gecombineerde behandeling na 7 dagen. Bij het kammen kunt u dan een fijntandige kam gebruiken.

### Antihooftluismiddelen

Er bestaan shampoos, crèmes, lotions en sprays tegen hoofdluis. In geregistreerde antihooftluismiddelen zit dimeticon, malathion of permetrine als werkzame stof. De hoofdluis is echter steeds vaker resistent voor bepaalde antihooftluismiddelen. Als u na de behandeling nog steeds hoofdluis aantreft, kies dan voor de tweede behandeling een product met een andere werkzame stof.

Overigens moet u tijdens de behandeling met antihooftluismiddelen gedurende twee weken het haar dagelijks doorkammen met een fijntandige kam, in combinatie met crèmespoeling.

**Let op:** Malathion is brandbaar. Vermijd open vuur tijdens de behandeling met een middel waarin malathion zit, en föhn het haar niet. Verder tast chloor de werking van malathion aan, dus zwemmen in chloorhoudend water op de dag van behandeling wordt afgeraden.

Zwangeren, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen jonger dan zes maanden worden afgeraden om antihooftluismiddelen te gebruiken.

Gebruik geen antihooftluismiddelen als u niet zeker weet of uw kind luis heeft. Een antihooftluismiddel kan besmetting met hooftluis niet voorkomen.

### **Hooftluis heb je niet alleen**

Hooftluis is enorm besmettelijk. Als uw kind hooftluis heeft, meld dat dan op school, bij de kinderopvang, op (sport)clubjes, bij vriend(innet)jes, oppassen, opa's en oma's. Zij kunnen dan ook controleren. Bovendien moet u alle gezinsleden controleren. Vindt u bij hen geen luizen, herhaal de controle dan eens per week, gedurende twee weken. Vergeet overigens uzelf niet.

**De informatie in deze folder is gebaseerd op de richtlijn Hooftluis van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Met vragen over het bestrijden van hooftluis kunt u terecht bij uw regionale GGD, de drogist of de apotheek.**