

# Het LSH – 5 stappenplan



## Hoofdluis!

Hoe komen we veilig en effectief van hoofdluis af?

### **Hoofdluis. Het kan iedereen overkomen.**

Jaarlijks krijgt zo'n 10 % van de kinderen in het basisonderwijs hoofdluis. Hoofdluis is niet gevaarlijk, maar wel lastig. Als hoofdluis aantreft is dat geen reden voor paniek. In dit plan lees je hoe je er zo snel mogelijk weer vanaf komt.

Sterkte ermee!

### **Welke methode is de beste?**

Er zijn 2 methoden om hoofdluis te behandelen:

1. Nat Kam methode
2. Behandelingen van het haar met een chemisch of fysisch bestrijdingsmiddel;

Het voordeel van de natkam methode is dat het goedkoop is en dat je geen schadelijke middelen gebruikt. Het nadeel is dat het erg arbeidsintensief is, en dat de kans dat je een luis over het hoofd ziet (en weer opnieuw moet beginnen) groot is.

Chemische of fysische antihooftluismiddelen koop je bij de drogist of apotheek. Chemische bestrijdingsmiddelen werken op basis van Malathion of Permetrine, ze vergiftigen de luis. Deze middelen zijn reeds lange tijd op de markt. Daarnaast zijn er sinds enige tijd in Nederland nieuwe antihooftluismiddelen beschikbaar met als werkzaam bestanddeel Dimeticon (een silicoonachtige stof). Dimeticon heeft een fysische werking: bij een behandeling kapselt het polymeer de luis hermetisch in, waardoor deze door een tekort aan zuurstof sterft. Evenals de natkammethode leidt deze behandeling niet tot resistentieontwikkeling.

Van overige methoden, bv etherische oliën, elektrische luizenkam is de werking niet aangetoond. Deze worden dan ook afgeraden.

### **Stap 1. Voorbereiding**

Kies voor de natkam methode of voor een bestrijdingsmiddel. Zorg dat je de gewenste producten in huis hebt, of haalt. Zorg dat je zowiezo een netenkam (zie afbeelding) in huis hebt. Op [www.hoofdluis.org](http://www.hoofdluis.org) kun je er een bestellen. Controleer het hele gezin. Kam boven een wit vel of de wastafel. Het verschil tussen dode en levende neten is soms moeilijk te zien. Nieuwe (pas gelegde) neten zitten vlakbij de hoofdhuid aan de haren geplakt. Dode (lege) neten groeien mee met het haar en zitten verder van de hoofdhuid verwijderd.

## Stap 2. Behandelen

### Als je voor een bestrijdingsmiddel gekozen hebt:

Behandel de besmette gezinsleden met het middel, conform de instructies in de bijsluiter. **BEHANDEL NIET PREVENTIEF MET LOTION TEGEN HOOFDLUIS!** Dit werkt resistentie in de hand.

### Bij de natkam methode:

Was het haar met gewone shampoo en spoel het haar uit. Breng vervolgens ruim crèmespoeling in het haar en spoel dit NIET uit.

## Stap 3. Kammen

Kam het haar eerst goed door met een gewone kam. Kam vervolgens alle luizen en neten uit het haar met een goede netenkam. Dit is een onmisbaar onderdeel van elke behandeling. Lukt het niet de neten in 1 keer uit te kammen, maak dan het haar nogmaals nat met een mengsel van warm water met azijn, dan laten de neten beter los. Je kunt de neten het beste uit het haar verwijderen door de haren met neten weg te knippen, of tussen de nagels de neten van het haar trekken.

Om alle haren te kammen zijn minstens dertig slagen nodig, dat kost al gauw meer dan twintig minuten, afhankelijk van de bos haar.

Maak de luizenkam na gebruik van elk gezinslid steeds grondig schoon. Dit kan het beste gebeuren door de kam 1 minuut in water uit te koken.

## Stap 4. Informeer je omgeving

Waarschuw de school, dan kunnen ook andere ouders weer extra opletten. Waarschuw ook de ouders/verzorgers van vriendjes/ vriendinnetjes, een logeetje, sportverenigingen etc. zodat daar ook gecontroleerd kan worden.

## Stap 5. Blijf alert

Blijf de eerste 2 weken dagelijks kammen. Als je opnieuw (levende) hoofdluizen bij gezinsleden constateert, volg je stappenplan opnieuw vanaf stap 1. Blijf na 14 dagen alle gezinsleden 1 keer per week controleren met netenkam, zeker zolang er hoofdluis heerst.

### Let Op - Wassen en Stofzuigen is niet meer nodig.

Het advies voor een grondige schoonmaak van het huishouden wordt ingetrokken. Er is geen wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van de aanvullende maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels en jassen, het stofzuigen van de auto of het gebruik van luizencapes. Dat scheelt heel veel tijd en stress!

Kijk voor meer informatie op [www.hoofdluis.org](http://www.hoofdluis.org)