

Hvilke behandlingsmetoder finnes det?

Det finnes forskjellige produkter og behandlingsmetoder mot hodelus. Nasjonalt folkehelseinstitutt anbefaler bruk av kjemiske midler.

Det finnes også naturpreparater, kjerringråd, elektriske kammer, støvsugermunnstykker og lusekammer i plast og metall.

Kjemiske midler

De kjemiske midlene inneholder stoffer som påvirker sentralnervesystemet til lus, og dreper som regel både lus og egg. Man må gjenta behandlingen etter åtte dager, slik at eventuelle nyklekte nymfer som overlevde i et beskyttet egg, dør. Preparatene er reseptfrie og kan kjøpes på apotek.

Behandlingen er meget enkel i bruk og er en rask og effektiv måte å bli kvitt hodelus på.

I utlandet blir ikke barn med astma og kraftige allergier anbefalt å bruke linimentet.

Naturpreparater og "huskurer"

Naturpreparater er oftest basert på oljer, for eksempel anis-, kokos- og teatreeoljer. Oljen gjør det vanskelig for lus å feste egg til hårstrået og kan også tette luftkanalene til lusa. Det finnes ikke noen forskning som kan dokumentere resultater ennå. Enkelte personer kan få allergiske reaksjoner av oljene på grunn av lukt.

Lusekammer

Lusekammer blir brukt for å ta bort lus og egg fra håret.

Kvaliteten på kammene varierer. Mange lusekammer er laget av plast med korte kamtenner, disse får ikke med seg luseegg.

Kammene er beregnet for å sjekke om man er smittet.

Det finnes lusekammer i metall som har lange kamtenner.

En av disse er NitFree, som med sine unike mikrokanaler i kamtennene også tar med seg luseegg.

Dersom man velger en behandlingsform som består av bare kjemming, er det veldig viktig å være nøye og ta seg god tid.

Det er effektivt å bruke kammen ved siden av annen behandling, for eksempel liniment, for å få ut egg og døde hodelus.

Elektrisk kam

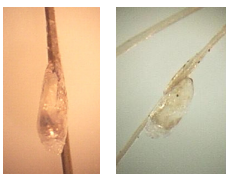
Denne er en kam som går på batteri og sender ut signaler og strøm dersom den finner noe i håret. Den kan reagere på flass, men samtidig la de minste nymfene unnslipe. Den dreper ikke egg.

Støvsuger

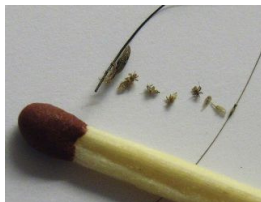
Lusesnapperen er et munnstykke som passer til de fleste støvsugere.

Støvsugermetoden er enkel, og man får praktiske beholdere hvor man kan samle opp det som kommer ut av håret. Man må følge opp med flere behandlinger ettersom metoden ikke får ut luseegg. Lusesnapperen er flott for folk med fobi siden man slipper å ha nærkontakt med lusa.

Lusesnapperen får ut alt fra støv, lo og flass til nymfer og hodelus fra hår og hodebunn.



Luseegg på mørkt og lyst hår



Lus, nymfer og egg ved en fyrstikk.



Ark med hår, luseegg og nymfer

H O D E L U S



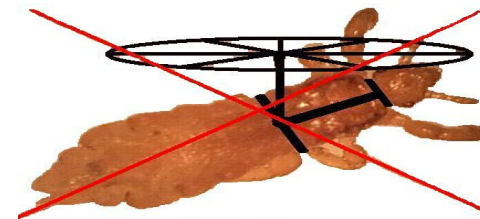
KAN

IKKE

HOPPE

ELLER

FLY!



BROSJYREN OM

HODELUS FRA

LUSFRI NORGE

FRIVILLIG ORGANISASJON

www.lusfrinorge.no

FAKTA OM HODELUS



- Lus har vært et problem for mennesker siden tidenes morgen.
- Hodelus (*Pediculus capitis*) lever i håret, nær hodebunnen.
- Lusa trives best i en t-sone fra nakken, oppover mot issen og frem mot tinningen.
- Menneskeblod er hodelusas eneste føde.
- En voksen hodelus trenger blod to ganger i døgnet for å klare og reproducere seg.

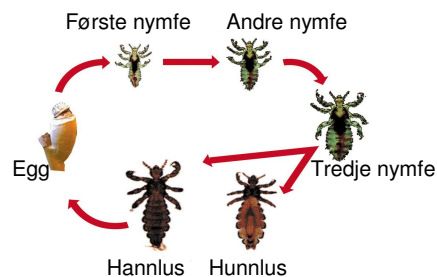
- Hodelus er små, vingeløse insekter, de kan ikke fly eller hoppe.
- Voksne lus er små, ca. 2–3 mm lange. De kan være alt fra lyse, nesten gjennomsiktige til mørkebrune.
- Hodelusa har tre par bein med klør som er spesialdesignet for å krype og holde seg fast på hårstrå.
- Lus beveger seg svært raskt i tørt hår.
- Lus er nesten umulige å se dersom man ikke grer med en lusekam.
- Man trenger ikke å klø selv om man er smittet med hodelus.

Hvem får lus, og hvordan smitter det?

- Lus trives hos alle typer mennesker. Har du hår og hodebunn, holder det for lusa.
- Hodelus smitter ved hode-/hårkontakt.
- Hodelus fra mennesker lever ikke på husdyr.

Hvor lenge lever en lus, og hva skjer?

- En voksen hunnlus kan legge opptil åtte egg i døgnet.
- Etter en parring kan hun legge 56 egg.
- Eggene er 0,3 x 0,8 mm (ligner bitte små sandkorn).
- Eggene blir festet til hårstrå med sekret og sitter "limt" fast der.
- Eggene legges opptil et par centimeter fra hodebunnen og klekkes etter seks til åtte dager.
- Det tar cirka tre uker fra egget legges, til lusa blir kjønnsmoden og kan legge egg selv.
- Et normalt hodelusliv varer i cirka seks uker.
- Lus som detter ut av håret av seg selv, er som oftest i ferd med å dø.



Hvordan skal man sjekke om man har lus?

Det er lettast å oppdage lus når du kjemmer med en lusekam. Len hodet fremover og kjem over et hvitt underlag. Gre i tørt hår. Stå med hodet over en vask, et badekar, en duk eller lignende. Hodelusa, som trives best i underhåret, vil nå lettere dette ned når du kjemmer ut av håret. Hvis noe av "rusket" beveger seg, er det sannsynligvis hodelus. (Se www.lusfrinorge.no for mer informasjon om lusekjemming i tørt og vått hår.)

Enkle råd og tips om hodelus

Hva kan gjøres som forebyggende tiltak?

- Ta deg tid å kjemme håret regelmessig med lusekam. Glem ikke å kjemme hele familien! Jo tidligere du oppdager problemene, desto raskere går det å bli kvitt det.
- Delta i avlusningshelgene i uke 10 og uke 35; oppmuntre alle i omgangskretsen din til å delta samtidig.
- Vær nøye når du kjemmer. Lus og egg er små og vanskelige å se.
- Ikke bruk andres luer, kammer eller børster.
- Ikke bruk kjemiske legemidler til forebygging.
- Barn med langt hår kan sette opp håret med strikk eller fletter.

Hva gjør jeg om jeg blir smittet?

- Kjem alle i familien nøye med lusekam for å se om flere er smittet.
- Behandle alle i familien som er smittet, samtidig.
- Følg alltid produktets bruksanvisning. Følg opp med behandling etter åtte dager.
- Det er viktig å avbryte lusas livssyklus så tidlig som mulig. Velg derfor den behandlingsmetoden eller det produktet du mener passer best for dere – som gjør at dere blir kvitt hodelusa på en mest mulig effektiv måte.
- Finner du mange tomme/klekkete egg, har du hatt smitten lenge. Finner du derimot mest levende egg, er du nylig smittet.
- Fortsett å kjemme med lusekam i ti til fjorten dager etter at du har blitt lusfri. Da kan du være sikker på om du har brukt en metode/behandling som virket, eller om du har blitt smittet på nytt.
- Gre regelmessig som et forebyggende tiltak.
- Steriliser kammer og børster ved koking/frysing for ikke å spre smitte til andre i familien.
- Forsøk å finne smitekilden. Informer andre foreldre om at dere har vært smittet, slik at de kan undersøke *sine* familiemedlemmer – ellers er faren for gjensmitte stor. Hodelus er ikke noe å skamme seg over. Man blir ikke smittet på grunn av manglende hygiene; lus trives faktisk best i rent hår!
- Vask sengetøyet (det holder med 60 °C). Luer, kosedyr og sofaputer kan puttes i fryseren over natten (minst fire timer) eller gå i tørketrommelen på 60 °C i minst fem minutter.
- **Det er ikke flaut å ha lus, men det er flaut å ikke gjøre noe med det!**