

## ČINJENICE O VAŠIMA GLAVE



- Vaši od pamtiveka zadaju ljudima poteškoće.
- Vaši glave (*Pediculus capitis*) žive u kosi blizu vlasišta.
- Vašima je najugodnije u t-zoni od vrata, do temena i preko slepoočnica.
- Jedini izvor hrane vašima je ljudska krv.
- Odraslim vašima krv je potrebna dva puta dnevno da bi mogle da se reprodukuju.

- Vaši glave su mali beskrilni insekti koji nisu u stanju ni da lete ni da skaču.
- Odrasle vaši su male: dugačke su 2-3 mm, a boja im se kreće od skoro prozračne do crne.
- Vaši glave imaju tri para nogu i čeljusti prilagođene za puzanje i hvatanje za vlasi kose.
- Vaši se kreću izuzetno brzo u suvoj kosi.
- Gotovo ih je nemoguće videti ako se ne koristi češalj za trebljenje vaši.

### Svako se može zaraziti!

- Svako se može zaraziti vašima bez obzira na boju kože ili kose ili versku pripadnost.
- Ako imate kosu i vlasište koje vašima može da obezbedi obrok krvi, predstavljate savršenog kandidata za prenosioca njihovog genetskog nasleđa.
- Vaši glave zaražuju svog domaćina kada dođu u kontakt s njegovom glavom, odnosno kosom.
- Ovim insektima najčešće se zaražuju deca uzrasta od 3 do 12 godina.
- Vaši koje borave na glavama ljudi ne žive na kućnim ljubimcima.

- Odrasla ženka vaši može da položi do 8 gnjida (jaja) dnevno.
- Nakon parenja, ona može da položi 56 gnjida.
- Gnjide su veličine 0,3 x 0,8 mm (liče na sitna zrna peska).
- Ženke vaši pričvršćuju gnjide na pojedinačne vlasi koristeći izlučevinu pomoću koje se gnjide „lepe“ za kosu.
- Gnjide se polažu približno dva centimetra od vlasišta, a insekti se iz njih izlegnu posle 6 do 8 dana.
- Od polaganja gnjida do vremena kada su novi insekti u stanju da i sami polože gnjide prođe oko tri nedelje.
- Vaši glave obično žive oko šest nedelja.
- Vaši koje same ispadnu iz kose često su na kraju životnog ciklusa.



### Kako da otkrijete vaši?

Mnogo je lakše otkriti vaši dok se češljate češljem za trebljenje vaši ako glavu nagnete nad beo peškir. Češljajte suhu kosu. Stanite sa glavom iznad lavaboa, kade, stolnjaka ili nečeg sličnog. Vaši glave se najbolje razvijaju tamo gde je tamnije i toplije, a do takvih mesta ćete dopreti tako što ćete nagnuti glavu napred dok se češljate. Ako se pokrenu bilo kakvi „parčići“, možete biti uvereni da se najverovatnije radi o vašima glave.

## Jednostavni saveti u vezi s vašima glave.

### Kako se može sprečiti pojava vaši?

- Posvetite dovoljno vremena redovnom češljanju češljem za trebljenje vaši. Ne zaboravite da očešljate kosu celoj porodici! Što ranije otkrijete probleme, brže ćete ih rešiti.
- Učestvujte u vikendima posvećenim uklanjanju vaši u 10. i 35. sedmici, i podstaknite sve u vašem susedstvu da učine isto
- Pažljivo češljajte kosu. Vaši i gnjide su izuzetno male i teško se mogu dobro videti.
- Nemojte da koristite nikakve druge kape, češljeve ili četke.
- Nemojte da koristite hemikalije da biste sprečili vaši jer hemikalije mogu vaši učiniti otpornima na lekove.
- Deca s dugom kosom treba da je podignu ili upletu.

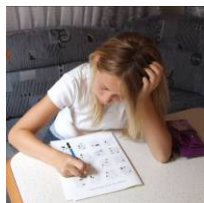
### Šta da uradim ako se zarazim?

- Očešljajte svakoga u porodici da biste proverili da li su i drugi zaraženi.
- Lečite u isto vreme svakoga u porodici ko je zaražen.
- Strogo se pridržavajte uputstava na lekovima.
- Bitno je da što pre prekinete životni ciklus vaši. Stoga odaberite metod lečenja koji vam najviše odgovara i kojim ćete se delotvorno rešiti vaši.
- Ako pronađete mnogo ljuski gnjida, to znači da ste već duže vreme zaraženi. Ako, međutim, pronađete mnogo novih gnjida, to znači da ste se zarazili nedavno.
- Nastavite da koristite češalj za trebljenje vaši još 10 do 14 dana nakon što budete potpuno bez vaši. Tada možete biti sigurni da ste primenili delotvoran metod za uklanjanje vaši glave.
- Redovno se češljajte radi sprečavanja vaši.
- Sterilizite češalj ili četku ključalom vodom ili smrzavanjem kako ne biste zarazili ostale članove porodice.
- Pokušajte da utvrdite izvor zaraze. Obavestite ostale roditelje da ste zaraženi tako da i oni mogu da provere da li su članovi njihovih porodica zaraženi. U suprotnom, opasnost od zaraze se povećava. Vaši nisu nešto čega se treba stideti. Ne zaražujemo se usled nedostatka higijene: vaši se zapravo najbolje razvijaju u čistoj kosi.
- Perite čaršave na 60°C. Kape, plišane mece i jastučice za kauč treba staviti u zamrzivač preko noći ili držati u mašini za sušenje veša na 60°C oko 5 minuta.

- **Nije sramota imati vaši, ali je sramota ne učiniti ništa u vezi s tim!**



*Do zaraze dolazi usled kontakta vaši sa glavom ili kosom.*



*Ne mora da vas svrbi glava da biste bili zaraženi*

**UČESTVUJTE U VIKENDIMA POSVEĆENIM UKLANJANJU  
VAŠI TOKOM**

**10. I 35. SEDMICE**



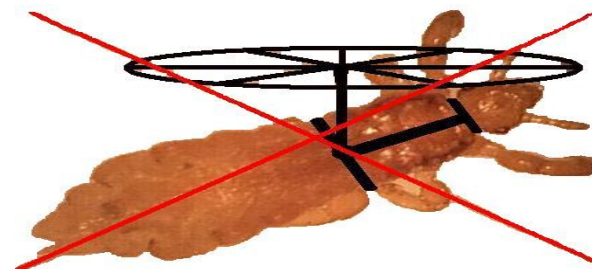
**ŽELIMO SVIMA DA POMOGNEMO :**

**LUSFRI NORGE**

## VAŠI GLAVE



**NE MOGU  
NI DA  
SKAČU  
NI DA  
LETE!**



**BROŠURA LUSFRI  
NORGE O  
VAŠIMA GLAVE**

- DOBROVOLJNA ORGANIZACIJA  
[www.lusfrinorge.no](http://www.lusfrinorge.no)