

### ***Wat is hoofdluis?***

Hoofdluizen zijn witachtige/grijze insecten zo groot als een speldenknop of kleiner (2mm). Ze leven uitsluitend van mensenbloed. Ze zitten in het hoofdhaar vooral op warme plekken: achter de oren, in de nek, in de kruin en in de pony.

Een luis leeft 4-6 weken en legt 6-8 eitjes per dag. Deze eitjes worden neten genoemd en zien eruit als witte korrels. De neet wordt vastgeplakt aan het haar dicht tegen de hoofdhuid aan.

De neten komen na 7-10 dagen uit en beginnen na 8-10 dagen ook weer met het leggen van eitjes. In een luizenleven kan een luis 50-100 neten leggen.

Als een hoofdluis niet op een mensenhoofd zit kan hij maximaal 55 uur leven een neet kan maximaal 6 dagen overleven.

### ***Hoe kun je hoofdluis krijgen?***

Luizen kunnen alleen lopen, niet vliegen of springen. Ze lopen over van het ene hoofd naar het andere hoofd, bijvoorbeeld bij spelende kinderen. Ze lopen over via kragen, dassen en mutsen. Ook kunnen ze overlopen via een borstel, handdoek, kussenslopen of knuffelbeesten als dezelfde personen daar gebruik van maken.

### ***Hoe kan besmetting (verdere) worden voorkomen?***

- Gebruik geen gemeenschappelijke kleding, beddengoed of toiletartikelen.
- Hang kinderjassen niet tegen elkaar.
- Wees open naar andere ouders waar uw kinderen mee hebben gespeeld zodat zij alert zijn.
- Leg gebruikte kleding niet terug in de kast.
- Controleer het hele gezin 1x per week op luizen en neten.

### ***Hoe weet je of je luizen of neten hebt?***

Jeuk is altijd een reden om te kijken of er hoofdluizen en neten op het hoofd te zien zijn. Ook als er in de directe omgeving hoofdluis is geconstateerd is het raadzaam te controleren. De luizen (grijze beestjes) en de neten (witte korrels) zitten meestal in de haren, achter de oren, in de nek in de kruin of in de pony. Bij een stevige besmetting zijn ze direct met het blote oog zichtbaar. De luizen die je niet ziet, kun je opsporen door bij goed licht het haar boven een wit vlak grondig te kammen met een luizenkam.

### ***Wat is de meest effectieve behandelmethode?***

Het 'kammen' van het haar met een luizenkam is het meest effectief is in de bestrijding tegen hoofdluis en gebruik van chemisch luizendodend middel is niet noodzakelijk. Dit is op dit moment het advies van de GGD.

### ***ALTIJD NUMMER 1***

1. de beste (niet chemische) methode is de uitkammethode. U moet gedurende twee weken het haar dagelijks doorkammen met een luizenkam. Ontsmet de luizenkam dagelijks door uit te koken of 24 uur te bevriezen.

2. Daarnaast kunt u behandelen met een chemisch antihoofdluismiddel (bv prioderm), maar ook dan moet u het haar twee weken lang doorkammen met een luizenkam.
3. U kunt ook kiezen voor een lotion of shampoo zonder insecticiden (bv Altopov of Millium) Ook daarbij is doorkammen 2 weken lang noodzakelijk. Deze shampoo en lotions zijn echter niet zo agressief voor huid en ogen. Bovendien zijn ze niet chemisch.
4. Verder is er een elektrische luizenkam te verkrijgen bij de apotheek. Zeker bij langer haar, dik haar of krullen is dit een prettig hulpmiddel. De luizen gaan dood bij aanraking van de kam door een kleine elektrische schok.
5. Verder is het verstandig om ook de neten te verwijderen. Hier zijn speciale crèmespoelingen voor te verkrijgen (Neetex of Millium) om de lijm op te lossen waar de neten mee vast zitten. Ook kun je het haar bevochtigen met een oplossing van 1/2water en ½ azijn. Bij beide methodes kun je daarna met een luizenkam de neten verwijderen.

***Een luizendodend middel is niet 100% effectief.***

- Chemische middelen zijn agressief en mogen soms niet gebruikt worden bij baby's, jonge kinderen en zwangere vrouwen.
- Lees altijd de bijsluiter voor gebruik en stop de behandeling onmiddellijk wanneer uw kind ergens last van krijgt.
- Soms moet een behandeling herhaald worden na een week.
- Gebruik een chemisch middel NOOIT preventief, alleen tegen luizen.
- De werking van luizendodend middel wordt vaak teniet gedaan door chloorwater.
- Chemisch luizenmiddel is vaak erg brandbaar!

Naast het behandelen is het belangrijk dat de hoofdluis niet terugkomt. Verstandig is om ook de omgeving aan te pakken.

***Aanvullende maatregelen:***

1. Was kleding, knuffels, beddengoed, jassen, dassen, mutsen en knuffels minimaal op 60 graden. Het gaat alleen om spullen die tot 48 uur voor de behandeling nog zijn gebruikt!
2. In plaats van wassen kunt u ook de spullen stomen of 48 uur buiten luchten.
3. Een andere mogelijkheid is de spullen 24 uur in de diepvries te leggen of 48 uur in een gesloten zak te bewaren.
4. Vergeet niet alle kammen en borstels schoon te maken. De beste methode is overgieten met kokend water. (twee weken lang!)
5. Verstandig is om vloeren, bekleding van banken en auto goed te zuigen.
6. Laat de omgeving weten dat er hoofdluis geconstateerd is, familie, sportclubs, oppassen.

***Meer informatie is te vinden op de website van de GGD, RIVM en Landelijk Steunpunt***

***Hoofdluis***