

Hoofdluizen

Iedereen kan hoofdluizen krijgen, ook als je je haren elke dag wast. Hoofdluizen zijn heel besmettelijk. Ze worden verspreid door direct contact van hoofd naar hoofd bv. tijdens knuffelen, samen spelen of slapen. Controleer bij luizen dus ook de andere gezinsleden en verwittig de school, zodat de luizen zich niet verder kunnen verspreiden.



De **nat-kam-methode** is de beste luizenbehandeling. Antiluizenmiddelen bevatten agressieve chemische bestanddelen en zijn niet goedkoop. Om luizen te behandelen met de nat-kam methode moet je de methode om de 3 - 4 dagen herhalen, gedurende twee weken. Vind je nadien nog levende luizen dan moet je de behandeling met de nat-kam-methode met twee weken verlengen.

Stappenplan

1

Was de haren met een gewone shampoo.



2

Spoel de shampoo uit de haren, maar droog het haar niet af.



3

Wrijf het natte haar overvloedig in met conditioner.



4

Kam de knopen uit het haar met een gewone kam.



5

Buig het hoofd voorover en kam met een luizenkam het haar systematisch van achter (uit de nek) naar voren (voorhoofd). Druk de luizenkam goed tegen het hoofd aan. Let vooral goed op achter de oren en in de nek.



6

Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier. Zo merk je of er luizen aanwezig zijn. Verwijder ze uit de kam met een tandenstoker.



7

Spoel nu overvloedig de conditioner uit de haren maar droog het haar niet af.



8

Kam met een gewone kam het haar opnieuw naar achter.



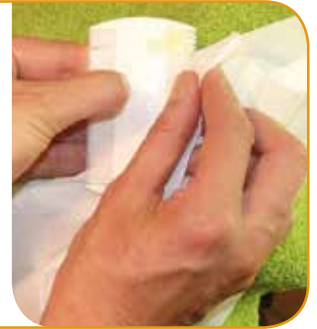
9

Kam nu het haar een tweede keer systematisch met de luizenkam, maar deze keer van voor naar achter en opnieuw van het ene oor naar het andere.



10

Veeg de luizenkam opnieuw na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier.



In totaal moet je minstens een kwartier kammen. Gebruik de kant waar de tanden het dichtst bij elkaar staan om ook de kleinste luizen te verwijderen. Daarna leg je de gebruikte kammen gedurende vijf minuten in water van minstens 60°C.

4. Meer informatie

Voor meer informatie over dit en andere gezondheidsthema's kun je terecht:

- op www.cm.be
- bij de dienst gezondheidsbevordering - gezondheidsbevordering@cm.be
- in de gezondheidsbib - www.gezondheidsbib.be.

Heb je een klacht? Contacteer je contactpersoon bij CM of laat het ons weten via www.cm.be/klachten. Met jouw reactie verbeteren we immers onze service. Wij garanderen een eerste reactie binnen de zeven dagen en de volledige behandeling van je klacht binnen de 30 dagen.

Deze publicatie heeft enkel een informatieve waarde. Bij twijfel of betwisting gelden enkel de statuten van het ziekenfonds. Onder voorbehoud van goedkeuring door de Controledienst.