

## Informatie hoofdluis

### Hoofdluis, wat is dat?

De hoofdluis. De hoofdluis is een parasiet die leeft van menselijk bloed. Een volwassen luis is ongeveer drie millimeter lang. De kleur van een luis varieert van egaal zandkleurig tot bijna zwart, afhankelijk van de haarkleur van de gastheer of -vrouw. De hoofdluis voedt zich enkele malen per dag met bloed. Het speeksel van de luis kan jeuk op het hoofd veroorzaken. Er ontstaan wondjes, later soms korstjes door het krabben. De luis heeft zes pootjes met klauwtjes, waarmee ze zich goed aan de haren vastklemt. Luizen kunnen alleen lopen. Ze kunnen niet springen, hebben geen vleugels en ze kunnen dus niet vliegen. De hoofdluis leeft onder normale omstandigheden (bij een temperatuur van ongeveer dertig graden Celsius) gemiddeld acht weken. Als een vrouwtje zeven tot tien dagen oud is legt ze vier tot acht eitjes (neten) per dag. Een volwassen luis kan bij kamertemperatuur zonder bloed maximaal drie dagen overleven.

De neet. Een neet is een luizenei. Hij is geel/wit van kleur. De neet is tonvormig en heeft een dekseltje aan de bovenkant, waar het jonge luisje (nimf) ongeveer tussen de zevende en de tiende dag uitkomt. De neet is bijna een millimeter groot en wordt door de vrouwtjesluis met stevige kitstof ongeveer een millimeter van de hoofdhuid aan de haren geplakt. Het lijkt op roos. Roos zit echter los in het haar, de neet zit stevig vastgeplakt. Een haar groeit bijna een halve millimeter per dag. Als de neet na tien dagen uitkomt, zit de lege neet zo'n halve centimeter vanaf de hoofdhuid aan de haren. Dit betekent dat een neet die meer dan een halve centimeter vanaf de hoofdhuid aan de haren zit, leeg of dood is. Hij blijft wél aan de haren zitten en is dan alleen nog een cosmetisch probleem.

### Hoe loop je hoofdluis op?

Zoals gezegd kan de hoofdluis direct overlopen van het ene hoofd naar het andere, bijvoorbeeld wanneer jonge kinderen al spelend letterlijk de koppen bij elkaar steken. Het is een misverstand dat hoofdluis meer voorkomt bij slechte hygiëne: luizen voelen zich minstens zo goed, zij het niet beter, op schone hoofden! Zolang er luizen en/of nog niet uitgekomen neten op het hoofd aanwezig zijn, blijft iemand besmettelijk. Hoofdluis kan zich ook via kleding verspreiden. Gezamenlijk gebruik van jassen, mutsen, dassen en bijvoorbeeld verkleedkleden kan de luis overbrengen. Ook kan de luis zelf van de ene jas of muts aan de kapstok naar de andere overlopen. Luizen kunnen van de één naar de ander gaan via de bekleding van banken en/of autostoelen. Bedenk wel dat een luis dood gaat als hij niet binnen drie dagen een nieuw hoofd heeft gevonden.

### Hoe weet je of je hoofdluis hebt?

Na besmetting duurt het minstens een week voordat verschijnselen van hoofdluis optreden. Niet iedereen met hoofdluis heeft klachten. De meest voorkomende klacht is jeuk op het hoofd. De jeuk ontstaat doordat luizen bloed uit de huid opzuigen. Net als na een insectensteek ontstaat jeuk. De hoofdluisen zelf zijn moeilijk te vinden, omdat ze weglopen als je ze in het haar gaat zoeken. De neten, vastgekleefd aan de haren, zijn ook vaak moeilijk te zien omdat ze zo klein zijn. Ze zitten vooral op warme plekjes, zoals achter de oren, in de nek of in de pony. Zoek extra goed als er jeuk is of als er krabplekken te zien zijn. Als één kind in het gezin hoofdluis heeft, krijgen de anderen in het gezin het vaak ook. Er ontstaat geen immuniteit, mensen kunnen telkens opnieuw hoofdluis krijgen.

## Algemene voorzorgsmaatregelen

Voorkom overlopen. Het is verstandig kinderen te vertellen dat het beter is om alleen eigen kam of borstel te gebruiken. Ook het dragen van mutsen en petten van elkaar is af te raden.

Controleer en kam regelmatig. Is er in uw omgeving een uitbraak van hoofdluis, dan is het nuttig dat u uw kinderen en uzelf regelmatig, bij voorkeur één keer per week, controleert op hoofdluis. Kammen met (een metalen) luizenkam geeft zekerheid. Zo'n kambeurt voorkomt bovendien dat de hoofdluis zich flink uitbreidt. Wordt een overgelopen luis 's avonds niet weggekamd, dan zet zij 's nachts neten af. De neten komen na ongeveer één week uit. Na nog een week beginnen deze nieuwe luisjes ook weer neten af te zetten. U heeft dus een dag de tijd om een overgelopen luis weg te kammen en als dat niet is gebeurd, nog een week om nieuw uitgekomen luisjes weg te kammen.

Gebruik niet bij voorbaat een luizendodend middel. Het bij voorbaat gebruiken van een luizendodend middel heeft geen enkele zin. Het voorkomt een besmetting in het geheel niet en wordt beslist afgeraden!

Als school willen wij het advies geven om, indien uw kind luizen en/of neten heeft en uw kind bij andere kinderen gaat spelen, dit door te geven aan de ouder waar het kind gaat spelen.

## Behandeling

Op dit moment is er geen enkele therapie, behalve het kaalscheren, die een besmette persoon gegarandeerd 'luizenvrij' kan maken. Dit betekent dat altijd gekozen moet worden voor een combinatie van behandelingsmethoden.

Veruit de beste methode is een lokale behandeling van het haar met een geregistreerd luisbestrijdingsmiddel. In tegenstelling tot wat sommige bijsluiters vermelden, moet men altijd na één week de behandeling met hetzelfde hoofdluismiddel herhalen om een optimaal effect te bereiken.

In Nederland zijn de volgende middelen geregistreerd voor de behandeling van hoofdluis:

- Malathion (Prioderm®), lotion, shampoo
- Permetrine (Loxazol®), lotion, crème
- Bioalletrine/piperonylbutoxide (PARA-Speciaal®), spray

Door de langere contacttijd zouden producten in de vorm van lotion beter werken dan shampoos.

Naast de behandeling zijn aanvullende maatregelen noodzakelijk:

Na de behandeling met hoofdluismiddel (lotion of shampoo) moeten de natte haren worden gekamd. Het kammen van de haren gaat gemakkelijker als er (gewone) crèmespoeling in zit. Met de luizenkam kamt men de (inmiddels dode) luizen uit het haar. Dit is een onmisbaar onderdeel van de behandeling! Het kammen van het (natte) haar moet men dagelijks doen tot twee weken na de start van de behandeling. Het uitkammen van de dode luizen zorgt ervoor dat men goed kan zien of er nog actieve luizen aanwezig zijn. De aanwezigheid van dode luizen wijst dus niet op een falen van de behandeling.

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

Er zijn luizenkammen om luizen te verwijderen en netenkammen om neten te verwijderen. Sommige kammen zijn geschikt om zowel luizen als neten te verwijderen.

- Plastic stofkam of luizenkam. Plastic handvat, plastic tanden. Geschikt om luizen te verwijderen, niet geschikt om neten te verwijderen. Nadeel: tanden verbuigen en breken gemakkelijk.
- Priodermkam, stofkam/luizenkam en netenkam.  
Stofkam/luizenkam: plastic handvat, plastic tanden, geschikt om luizen te verwijderen.  
Netenkam: metalen handvat, een rij metalen tanden van één centimeter, geschikt om neten te verwijderen.
- Nitcomb-M2. Metalen handvat, dubbele rij tanden. Geschikt om luizen en neten te verwijderen.
- Nisska. Metalen handvat, een rij metalen tanden van drie centimeter die heel dicht bij elkaar staan. Geschikt om neten te verwijderen, niet geschikt om luizen te verwijderen. Nadeel: het kamen is pijnlijk.

Het komt nogal eens voor dat er zelfs na twee behandelingen nog neten in het haar blijven zitten. Dit zijn dan wel dode neten. Er is bij de drogist een middel te verkrijgen waarmee neten verwijderd kunnen worden. U kunt ook zelf proberen de neten te verwijderen (na de tweede behandeling):

- wat tafelazijn in een pannetje verwarmen
- het haar met de verwarmde azijn inwrijven
- een doek in de verwarmde azijn dopen en drie uur om het hoofd van het kind laten zitten.
- hierna het haar uitkammen met een stofkam.

U kunt er ook voor kiezen om het haar plukje voor plukje te bevochtigen en uit te kammen.

Met de behandeling van het hoofdhaar bent u er nog niet. De volgende punten zijn net zo belangrijk:

Handdoeken, bedlakens en kleding direct goed uitwassen op zestig graden. Kleding, dekens, mutsen, jassen, speelgoed (bijvoorbeeld beren), haarbanden, haarspeldjes en dergelijke die u niet kunt wassen één week lang in een afgesloten plastic zak bewaren. Daarna enige tijd luchten en uitkloppen. Vloerbedekking en stoffen bekleding stofzuigen (ook autostoelen). Haarborstels en kammen goed schoonmaken.