

Informatie over luizen en neten

Luizenprotocol

Achtergrondinformatie over hoofdluis

Hoe kom je aan hoofdluis?

Luizen zijn parasieten: Ze hebben een ander levend wezen nodig om te leven, om daar hun voedsel vandaan te halen. De hoofdluis haalt zijn voedsel uit mensenbloed. Elke diersoort en ook de mens heeft zijn eigen luizen. De luis van een hond kan niet overleven op een mens of omgekeerd.

De luis, die bij de mens voorkomt, varieert in grootte tussen 1 en 3 mm en is er speciaal op gebouwd om te leven tussen de hoofdharen. De kop van de luis is uitgerust met een zuigapparaatje. Hiermee prikt de luis een paar keer per dag door de hoofdhuid heen. Dit geeft akelige wondjes en veroorzaakt soms jeuk. Na het bloed zuigen krijgt de luis een rodere kleur, normaal is de luis grijsbruin van kleur. De luis kan zich enigszins aanpassen aan de kleur van het haar.

Een luis is een insect, hij heeft dan ook 6 poten. Met deze poten kan hij zich aan de haren vastklampen. Bijvoorbeeld bij schudden van het hoofd, haren kammen of wassen houdt de luis zich hiermee stevig vast.

De luis gedijt prima bij de lichaamstemperatuur van de mens. Als het te warm wordt vinden ze dat niet prettig. Een persoon met koorts wordt door luizen verlaten. Ook een te lage temperatuur overleven ze niet. Men zegt dat de meeste luizen buiten de hoofdhuid maximaal 48 tot 55 uur kunnen overleven bij kamertemperatuur. Als ze dan nog geen warmte hebben gevonden, sterven ze. Een luis leeft ongeveer 4-6 weken. Een luis legt zo'n 6 tot 8 eieren per dag: dit zijn neten. In een heel "luizenleven" legt een luis wel 50 tot 100 neten.

Luizen leggen hun neten aan de basis van het haar, dicht op de hoofdhuid. Deze neten zitten vastgekleefd aan de haren. Men vindt ze vooral op de warme, donkere plekjes zoals onder de pony, achter de oren, in de nek en soms op de kruin (bijvoorbeeld als het haar opgebonden is in een paardenstaart).

Neten lijken op zoutkorreltjes. Regelmatig worden neten verward met roos. Het verschil met roos is overduidelijk: roos zit los en neten zitten vastgekleefd aan de haren.

Na ongeveer 7 tot 10 dagen komen de neten uit en vervolgens is de jonge luis na 8 tot 10 dagen alweer in staat om zelf eieren te leggen.

We spreken van een verse neet, als de neet zich dicht op de hoofdhuid bevindt. Als de neet zich 2,5 cm of verder van de hoofdhuid bevindt, dan is dat een oude neet. Dan is het gevaar van besmetting verdwenen. (N.B. Als lang haar opgebonden is geweest, kunnen neten ook wat verder van de hoofdhuid af zitten.)

Neten kunnen buiten de hoofdhuid maximaal 6 dagen overleven. Dit betekent dat een haar met een neet eraan vast, b.v. in een kam of op kleding, na een paar dagen gewoon uit kan komen en de luis op zoek gaat naar een nieuwe gastheer.

Hoofdluizen dragen geen ziekten over. Door krabben kunnen wel korstjes op de hoofdhuid ontstaan. Hierbij kunnen infecties optreden. Over het algemeen is de besmetting met hoofdluis niet ernstig. Wel is het belangrijk hoofdluis te behandelen. Want als je te lang wacht met behandelen, breiden de luizen zich uit en bestaat de kans dat ook anderen worden besmet. Hoofdluis gaat niet vanzelf weg, behandeling is dus noodzakelijk.

Hoe kom je aan luizen?

Luizen kunnen niet vliegen of springen. Het zijn "overlopers". Als kinderen tijdens het spelen met de hoofden dicht bij elkaar komen, kruipen de luizen gemakkelijk over van het ene hoofd op het andere. Ook via mutsen, jassen en dassen die dicht tegen elkaar aan hangen kunnen luizen en neten worden overgedragen. De overdracht kan ook plaatsvinden via besmette kammen of borstels, slapen in één bed (tegelijkertijd of na elkaar, bijvoorbeeld bij kindercentra) of via de leuning van een bank. Vooral onder omstandigheden waar veel mensen dicht bij elkaar verblijven, bijvoorbeeld bij kampeervakanties of logeerpartijtjes, in volle bussen of treinen, wordt hoofdluis gemakkelijk verspreid. In school kan de verspreiding plaatsvinden via verkleedkleden, kapstokken, knuffels en tijdens de gymles.

Iedereen kan besmet worden

Iedereen kan hoofdluis krijgen. Al zorg je nog zo goed voor jezelf en was je heel vaak je haar, dan nog kan hoofdluis de kop op steken. Luizen hebben juist een voorkeur voor schoon gewassen hoofden. Dus het is niet waar dat luizen alleen voorkomen bij onverzorgde mensen. Omdat kinderen meer bij elkaar in de buurt komen, bijvoorbeeld bij het spelen, komt hoofdluis bij hen wel vaker voor dan bij volwassenen. Binnen het gezin en op school krijgt hoofdluis veel kans om over te lopen.

Taboe rondom hoofdluis

Hoofdluis is niet iets waar je makkelijk over praat. Sommige mensen generen zich voor het feit dat in hun gezin hoofdluis is voorgekomen en willen het daarom liever niet aan anderen vertellen, omdat dit soms nare reacties op kan leveren. Toch is het belangrijk dat anderen het juist wel weten, omdat zij ook alert moeten zijn en gelijktijdig moeten controleren en eventueel behandelen. Wanneer mensen het vaker bij de hand hebben gehad, reageren ze vaak wat laconieker. Andere mensen reageren juist heel geschrokken. Mensen die zich er voor schamen en er niet over willen praten, zullen het vaak ook moeilijk vinden om hun kind te controleren op hoofdluis. Maar als je het uitstelt, krijgt de luis juist de kans om zich veel verder te verspreiden. Het is dus belangrijk om er wel over te praten. Als een kind hoofdluis heeft, moeten ouders het melden aan de leerkracht. De school kan dan zelf maatregelen nemen en aan andere ouders doorgeven dat er hoofdluis heerst, zodat ook zij alert blijven. Ook speelkameraadjes en logés moeten gewaarschuwd worden. Op die manier kunnen de kinderen min of meer gelijktijdig behandeld worden. Alleen op die manier wordt de cirkel van herbesmetting verbroken. In de praktijk is gebleken dat het instellen van een hoofdluisgroep voor de controle van hoofdluis op school preventief en taboedoorbrekend werkt. Bij aankondiging van controles zullen veel ouders hun

kind nog eens extra goed bekijken en zonedig behandelen. Kinderen zullen na verloop van tijd de controles zo normaal gaan vinden dat ze zonder schroom praten over hoofdluis.

Hoe weet je of je hoofdluis hebt?

Kort na de besmetting met hoofdluis, merkt men nog helemaal niets. Pas als de luizen zich vermenigvuldigd hebben, ontstaat soms jeuk (slechts in 15% van de gevallen). Jeuk is wel altijd een reden om na te kijken of er hoofdluizen en neten op het hoofd te zien zijn. De luizen zijn met behulp van een plastic stofkam op te sporen. Deze stofkam is te koop bij drogist of apotheek.

Gebruik van de stofkam

- Kam de haren boven een wit stuk papier of de wasbak om de luizen goed te kunnen zien.
- Kam vanaf de hoofdhuid, de ronding van het hoofd volgend, helemaal door tot de haarpunten. Luizen zitten voornamelijk vlakbij de hoofdhuid.
- Zorg voor goed licht anders zijn de luizen niet goed te zien.
- Als er luizen uit het haar komen, spoel deze dan met veel water door de gootsteen of de wc.
- Neten zitten vaak tussen de nekharen, onder de pony, op de kruin of achter de oren. Met enige routine zijn ze goed te ontdekken.
- Roos, huidschilfers en bijvoorbeeld gelresten lijken op neten. Het verschil is echter dat neten vastzitten aan de haren en zelfs met de nagels bijna niet van de haren los te krijgen zijn.
- Dode neten blijven nog lang vastzitten aan de haren. Ze komen door het groeien van het haar verder van de hoofdhuid af te zitten.

De behandeling van hoofdluis

Inleiding

Als hoofdluis is gevonden zijn er twee manieren om hoofdluis te behandelen:

1. behandeling zonder bestrijdingsmiddelen
2. behandeling met bestrijdingsmiddelen

Om herbesmetting te voorkomen is het daarnaast belangrijk dat mogelijke bronnen van herbesmetting uitgeschakeld worden.

Behandeling zonder bestrijdingsmiddelen

Alternatieve middelen

Er zijn een aantal alternatieve middelen voorhanden om te gebruiken bij de bestrijding van hoofdluis. De werkzaamheid van deze middelen is echter onvoldoende aangetoond en daarom adviseren wij altijd om als men voor de hoofdluisbestrijding gebruik maakt van alternatieve middelen daarnaast

ook altijd te kammen met een Nisska-kam.

De Nisska-kam

De metalen Nisska-kam verwijdert luizen en neten, en dient op nat haar te worden gebruikt. Deze behandeling moet dagelijks gedurende 14 dagen nauwkeurig gebeuren. Bij lang krullend haar is deze behandeling moeilijk.

De metalen Nisskakam moet niet verward worden met de plastic stofkam. De functie van deze kammen is verschillend:

- de plastic stofkam kan alléén hoofdluizen verwijderen
- de metalen Nisskakam kan zowel hoofdluizen als neten verwijderen

Behandeling met bestrijdingsmiddelen

Advies van de GGD

Het advies van de GGD luidt

Gebruik een LOTION waar malathion 0,5% in zit. Uit ervaring is gebleken dat deze stof, verwerkt in een lotion, het beste werkt tegen hoofdluis / neten. Middelen die malathion bevatten zijn Prioderm en Noury.

Voor stoffen bekleding van meubels e.d. (bijvoorbeeld in de auto) kan Para-speciaalspray gebruikt worden.

N.B. Indien een kind CARA heeft, is het verstandig om een bestrijdingsmiddel te kiezen in overleg met de apotheek. Lees de bijsluiter altijd, er kunnen veranderingen in vermeld staan.

Overbehandeling

Als er sprake is van een hoofdluisepidemie, kunnen ouders geneigd zijn hun kind té vaak met bestrijdingsmiddelen te behandelen. Met te vaak wordt bedoeld meer dan één keer behandelen binnen één week. Dit kan een schadelijk effect hebben op de hoofdhuid en irritaties opleveren. Adviseer ouders zich te houden aan de gebruiksaanwijzing in de bijsluiter. Als ouders enkele dagen na de behandeling nog of weer luizen en/ of neten constateren, dan kunnen zij beter gaan kammen met de Nisskakam. Dus niet eerder een herhalingsbehandeling toepassen dan dat de bijsluiter aangeeft.

Noury lotion en Prioderm lotion

De werkzame stof van Noury-lotion en Prioderm-hoofdlotion is Malathion. Malathion doodt de hoofdluizen binnen enkele minuten en meestal ook een deel van de neten. Deze middelen zijn niet erg gebruiksvriendelijk: malathion heeft een onaangename geur en de lotion heeft een lange inwerktijd. Malathion is een insecticide, die deels wordt opgenomen door de huid. Het is voor de mens echter niet giftig, als het op de juiste manier wordt toegepast.

Lees de voorzorgsmaatregelen in de bijsluiter nauwkeurig.

Omdat chloor de werkzaamheid van deze middelen beïnvloedt, wordt aangeraden om na de behandeling 1 week niet te zwemmen in een chloorbad.

Bij behandeling met malathion kunnen veel neten overleven, deze komen uit in de loop van de daarop volgende dagen. Het is dus van belang dat de behandeling na een week wordt herhaald. Vreemd genoeg is er weinig goed opgezet onderzoek beschikbaar over de werkzaamheid van dit middel, maar er is veel praktijkervaring mee opgedaan in Nederland.

Para-speciaal spray

In Para-speciaalspray zit een combinatie van Bioalletrine met andere stoffen, waardoor het middel werkzamer wordt. Dit middel is een synthetisch insecticide, afgeleid van de natuurlijke permetrinen. Het doodt luizen (en wellicht ook neten) na enkele minuten.

Omdat dit middel een spray is, kunnen grotere oppervlakken (meubels, autostoelen, e.d.) hiermee makkelijk behandeld worden.

Het drijfgas van de spray vereist enige voorzorgsmaatregelen. Verder gelden de algemene voorzorgsmaatregelen voor gebruik van deze soort insecticiden. Een tweede behandeling, na een week, zal veelal nodig zijn, aangezien de spray de neten niet altijd doodt.

Netenverwijderende middelen

Neetex of Priolox

Dit zijn geen insecticiden; de middelen zijn alleen bedoeld om dode neten uit het haar te verwijderen. Neetex of Priolox moeten gebruikt worden ná behandeling met een insecticide.

Ze worden geleverd als crèmespoeling, die het haar makkelijker kambaar maakt.

Voorzorgsmaatregelen betreffen alleen het vermijden van contact met de ogen.

Na behandeling moet het haar zorgvuldig worden uitgekamd met een stofkam (of Nisskakam).

Azijn en water

Een goedkoper middel dan neetex of priolox is een mengsel van 3 delen azijn met 1 deel water. Hiermee moet het haar goed ingewreven worden (bijvoorbeeld met een katoenen doek). Het azijnmengsel moet een half uur inwerken, daarna moet het haar doorgekamd worden met een luizen- of Nisskakam, en vervolgens goed uitgespoeld worden. Bewezen is echter dat deze methode niet 100 % werkt.

Dit geldt ook voor andere alternatieve bestrijdingsmiddelen zoals b.v. tea tree olie.

De Nisska-kam

De Nisskakam kan op zichzelf (zonder gebruik van andere middelen) ook gebruikt worden om neten uit het haar te verwijderen, maar dit is bij lang, krullend haar wel een heel karwei. Voor het uitkammen van de neten met behulp van de Nisskakam dient men het haar nat te maken met water. Om het uitkammen van de neten wat te vergemakkelijken kan gebruik gemaakt worden van de eerder genoemde Neetex of Priolox of een ander merk crèmespoeling.

N.B.: Neten op regelmatige basis (bijvoorbeeld elke dag een paar neten) verwijderen met de vingernagels kan goed helpen om het haar luizen- en netenvrij te krijgen. De neten dienen na het verwijderen goed door de wasbak gespoeld worden.

Wat doe je als ouder als er hoofdluis heerst?

Stappenplan aanpak hoofdluis

- Kijk of uw kind hoofdluis heeft: koop een stofkam bij apotheek of drogist
- kam hiermee het haar boven een wit oppervlak (vel papier of wasbak)
- controleer alle gezinsleden, vergeet ook uzelf niet
- Geen hoofdluis gevonden:
iedere week blijven controleren en kammen!
- Wel hoofdluis gevonden:
volg het stappenplan
- Als hoofdluis is geconstateerd zijn er 2 manieren om te behandelen:
behandeling zonder bestrijdingsmiddelen of
behandeling met bestrijdingsmiddelen.
- Zorg ervoor dat alle gezinsleden met hoofdluis gelijktijdig behandeld worden.
- Kinderen (gezinsleden) uit voorzorg behandelen heeft geen enkele zin en is daarom af te raden.
- Meldt de hoofdluis aan de leerkracht van uw kind én aan een lid van de ouderwerkgroep hoofdluis.
- Meldt het ook aan ouders van vriendjes en anderen waarmee uw kind omgaat. Denk ook aan eventuele logés, logeeradressen, oppasadressen, overblijf, clubs en sportactiviteiten.
- Laat kinderen geen mutsen, sjaals, kammen, haarspeldjes / elastiekjes, kammen en borstels van elkaar gebruiken.
- Kammen en borstels grondig reinigen, eventueel met een anti-hoofdluislotion.
- Ook geen kleding / jassen van elkaar gebruiken en dit ook los van elkaar weg hangen; gebruik bij voorkeur een 'luizencape'
- Laat kinderen met hoofdluis of kinderen in wiens klas hoofdluis heerst altijd het haar in een vlecht of staart dragen. Dit verkleint de kans op besmetting.
- Herhaal de behandeling met lotion na een week.
- In de tussentijd dagelijks de haren kammen met een stofkam of luizenkam. De metalen netenkam van Prioderm en de metalen Nisska-kam kunnen gebruikt worden om ook de neten te verwijderen. Gebruik deze beide kammen op nat haar (dat met crème spoeling is behandeld).
- Verwijder de dode neten volgens het advies zoals beschreven.

- Blijf controleren, ook als er geen hoofdluis (meer) heerst.
- Uw kind thuishouden in verband met hoofdluis is niet nodig.

Herbesmetting voorkomen

Om herbesmetting te voorkomen is het belangrijk dat ook andere bronnen uitgeschakeld worden. Omdat luizen ook in kleding, beddengoed en meubels zitten, dient u naast het behandelen van de hoofdhuid ook de volgende schoonmaakadviezen op te volgen:

- Kleding, jassen, mutsen, sjaals, beddengoed, haarbanden / elastiekjes wassen op 60° C (eventueel naar de stomerij brengen).
- Spullen die niet gewassen kunnen worden zoals knuffels, haarkammetjes, kussentjes etc. etc. moeten tenminste 7 dagen in een afgesloten plastic zak weggezet worden. Eventueel 24 uur in de vriezer kan ook.
- Meubels, matrassen, vloerkleden de auto (neksteunen!) dienen behandeld te worden met Para-Speciaal Spray. De spray moet men minimaal ½ uur laten intrekken en daarna dient er grondig gestofzuigd te worden. De stofzuigerzak moet daarna worden weggegooid. (Eventueel eerst inspraken met para-speciaalspray, minimaal een half uur laten intrekken en daarna stofzuigen.)
- Herhaal de behandeling van kind, kleding, beddengoed, meubels en auto etc. zoals hierboven is vermeld na 7 dagen.

Wat kun je doen om hoofdluis te voorkomen?

Eigenlijk kun je niet voorkomen dat hoofdluizen van de één naar de ander overlopen. Je kunt er alleen voor zorgen dat luizen niet blijven zitten en zich vermeerderen. De beste manier hiervoor is (preventief) controleren met de stofkam. Dit kun je iedere week doen en uiteraard meerdere malen per week als hoofdluis op school voorkomt. Vergeet niet om andere gezinsleden ook te controleren. Denk hierbij ook aan mensen die regelmatig over de vloer komen. (Opa's, oma's, de oppas, etc.)

Tips en voorzorgsmaatregelen

Naast het gebruik van de reguliere hoofdluisbestrijdingsmiddelen geldt gedurende de volle twee weken:

- Voor meisjes: Haar in een vlecht of staart
- Dagelijks het kind in kwestie grondig kammen met de Nisskakam
- Geen gebruik maken van hoofdtelefoon (een "eigen" hoofdtelefoon kan volstaan, mits na gebruik steeds gereinigd met Paraspeciaalspray)
- Geen gebruik maken van verkleedkleding / verfschorten
- Dagelijks alle gezinsleden kammen (behandelen heeft alleen zin indien luizen en / of neten geconstateerd zijn)
- Dagelijks van het kind in kwestie alle kleding wassen op 60 °C – inclusief jas en eventuele muts en sjaal! Ook thuis gescheiden houden van andere kleding – kapstok reinigen!
- Dagelijks van het kind in kwestie alle beddengoed wassen op 60 °C

- Dagelijks de (bad)handdoek van het kind in kwestie wassen op 60 °C
- Alle niet wasbare stof (knuffels – poppen en poppenkleertjes - haarspeldjes – kussentjes etc.) in een afgesloten plastic vuilnisemmerzak wegzetten gedurende minimaal een hele week
- Alle grote stoffen oppervlakken behandelen met Paraspeciaal spray (vloerkleed – bank – stoelzitting – autostoelen – kinderzitje – neksteun – speelkleed – binnenkant van de kinderhelm)
- Alle kammen / borstels behandelen met paraspeciaalspray en er voor het kind in kwestie één apart houden
- Niet zwemmen – chloorwater doet de werking van het bestrijdingsmiddel teniet
- Het netwerk om het kind in kwestie heen informeren en (laten) controleren – denk b.v. aan clubs, sportvereniging, oppas, familie, vriendjes en vriendinnetjes, burens, etc. etc.
- Laat anderen niet (met) besmettingsvolle spullen van het kind in kwestie (spelen) gebruiken
- Proberen zo open en ongedwongen mogelijk met de situatie om te gaan
- Wellicht ten overvloede: Van de werking van alternatieve bestrijdingsmiddelen is aangetoond door TNO dat ze onvoldoende werken!

NB: Wees consequent en strikt in de te nemen maatregelen. Het is veel werk maar bij het weglaten of niet goed opvolgen van alle aangegeven punten kan hoofdluis niet adequaat bestreden worden en kan het zijn dat de periode van 2 weken (minimaal nodig om volledig van hoofdluis af te komen) verdubbeld of zelfs verdrievoudigd wordt.