



Oslo kommune Bydel Nordstrand

Hodelus

Det er oppdaget hodelus. Helsetjenesten er opptatt av å hindre spredning. Vi oppfordrer foreldre/foresatte til snarest å undersøke barnas hår.

Hodelus lever i håret nede ved hodebunnen, særlig i nakken, bak ørene og i hårfestet ved issen. De limer eggene sine til hår nede ved roten. Etter hvert som håret vokser fjerner eggene seg fra hodebunnen. Har egget flyttet seg mer enn en cm fra hodebunnen inneholder det ikke lenger levende lus.

Overføring av lus fra en person til en annen skjer først og fremst ved direkte hodekontakt. Smitte kan også skje med luer og skjerf særlig hos barn som leker og blir svette, og ved bruk av felles hårbørste. Hodelus er ikke farlig, men ubehagelig for den som får besøk av krypene. Det er ingen skam å få lus, men det er viktig å gjøre noe så fort som mulig for å bli kvitt dem.

Smitteoppsporing.

Kamming avslører og behandler.

Kamming av vått hår er den mest effektive måten å *påvise* hodelus på. Sjekk nøye i nakken, bak ørene og i hårfestet ved issen om du ser noen lus/egg. Bruk deretter lusekam som fås kjøpt på apoteket. Legg et hvitt håndkle på skuldrene og fukt håret. Gre grundig gjennom håret. Sjekk på håndkleet og på kammen om du ser noen lus. Du klarer ikke å fjerne egg med kammen.

Behandling:

Prioderm liniment 0,5% eller Malation (samme type medikament, forskjellig leverandør.) Apoteket vet til enhver tid hva som er mest effektivt mot lusa. *Følg bruksanvisningen nøye.*

Det er godt å ha en god finkam/lusekam i bakhånd til supplerende bekjempelse og etterkontroll. Kammen kan også brukes til å *bekjempe* lusa. Da må kammingen utføres systematisk en gang om dagen i vått hår i minst åtte dager. Deretter en gang i uka i tre uker. Håret vaskes først med en vanlig sjampo og kammes deretter grundig. Håndkleet over skuldrene vil ta i mot lus og egg som faller ned fra håret.

Forebygging:

Det er viktig at bare den som har lus og/eller egg behandles. I tillegg til behandling bør man gre håret med lusekam 2 ganger om dagen i minst åtte dager og deretter en gang om dagen i tre uker.

Det beste forebyggende tiltaket er at foreldrene undersøker sine barn for hodelus med jevne mellomrom slik at lusa oppdages før den får spredt seg til andre.

Lus dør hurtig:

- Ved frysing (- 20° c) over natten og ved oppvarming (+ 60° C) i fem minutter.
- Klær eller gjenstander ligger ubrukt ved romtemperatur (+ 25° C) i to døgn.
- Husk at både kam og håndkle må etterbehandles for å drepe alle lus og egg. Enten ved vasking 60° C eller nedfrysing.
- Sengetøyet bør vaskes etter lusekur.

Når lus oppdages har de vært til stede i flere uker. Det er derfor ingen grunn til engstelse. Men gi beskjed til barnehage, AKS eller skole hvis barnet har søsken som går der slik at nødvendige tiltak kan iverksettes.

Er det noe dere er i tvil om, kan dere kontakte helsesøster på 22675972 eller ceciliebjerk.olsen@bns.oslo.kommune.no

Hilsen skolehelsetjenesten

