

Hoofdluisbestrijding



Jadien Walter
GGD Regio Twente, afd. JGZ
Maart 2004

INHOUDSOPGAVE

INHOUDSOPGAVE	2
INLEIDING	3
1. ACHTERGRONDINFORMATIE OVER LUIZEN EN NETEN	4
1.1 Inleiding	4
1.2 Wat zijn hoofdluizen?	4
1.3 Wat zijn neten?	4
1.4 Hoe krijg je luizen?	4
1.5 Hoe besmettelijk zijn hoofdluizen?	5
1.6 Taboes rondom hoofdluis.	5
1.7 Symptomen	5
2. OPSPOREN EN BEHANDELEN	6
2.1 Het opsporen van hoofdluis en neten	6
2.2 Informatie over soorten kammen	7
Uitvoering van de behandeling:	8
2.4 Het voorkomen van verspreiding	9
2.5 Ontsmetting van kleding, beddengoed en kammen/ borstels	10
3. VOORKOMEN EN BESTRIJDEN, WIE IS VERANTWOORDELIJK?	11
3.1 Ouders en kinderen	11
3.2 Scholen	11

INLEIDING

Dit protocol gaat over hoofdluis. De mensheid wordt al eeuwen lang geplaagd door hoofdluisen. Ook nu komt nog steeds hoofdluis voor, ook in Nederland.

Hoewel iedereen hoofdluis kan krijgen, praat men er het liefst zo min mogelijk over. Doordat het thema soms nog in de taboesfeer ligt, kunnen bij ouders en kinderen emotionele reacties voorkomen.

Kinderen zijn een hoofdluisgevoelige groep. Omdat kinderen veel bij elkaar in de buurt komen en tijdens het spelen vaak direct contact hebben, komt hoofdluis bij hen vaker voor dan bij volwassenen. Daarom zijn mensen die veel met kinderen te maken hebben belangrijk voor een effectieve hoofdluisbestrijding. Ouders, school en de afdeling Jeugdgezondheidszorg van de GGD hebben op dit terrein ieder hun eigen verantwoordelijkheden en mogelijkheden.

Het doel van dit draaiboek is:

School en ouders hebben de benodigde kennis over hoofdluis, om hoofdluis op te sporen, te signaleren en adequaat te behandelen.

Voor een effectieve hoofdluisbestrijding is medewerking van alle volwassenen die met kinderen te maken hebben, van groot belang. Ervaring in den lande heeft geleerd dat er uitstekende resultaten worden bereikt wanneer op school ouders zelf betrokken worden bij en zorg dragen voor de uitvoering van hoofdluiscontrole en de voorlichting aan andere ouders. Door het opzetten van een 'ouderwerkgroep' kan hoofdluis zo vroeg mogelijk worden gesignaleerd en adequaat worden bestreden. Het grote voordeel van een ouderwerkgroep is dat deze vrij snel kan worden ingeschakeld.

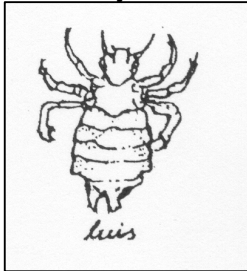
1. ACHTERGRONDINFORMATIE OVER LUIZEN EN NETEN

1.1 Inleiding

Om hoofdluis goed te kunnen bestrijden is het van belang wat meer te weten over de hoofdluis en zijn kenmerken en eigenschappen.

Hoofdluis komt al eeuwenlang voor. Het komt met name bij jonge kinderen voor. Echter ook volwassenen kunnen met hoofdluis besmet raken. Hoofdluis verspreidt zich heel gemakkelijk, vooral onder kinderen. De hoofdluis wordt overgebracht door direct lichamelijk contact of indirect via gezamenlijk gebruik van kammen, mutsen, sjaals, petten, knuffels en beddengoed. Besmetting is ook mogelijk doordat de luizen overlopen naar naast elkaar hangende jassen, mutsen, dassen e.d.

1.2 Wat zijn hoofdluizen?



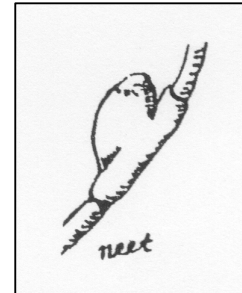
Hoofdluizen zijn kleine, grijsgrauwe beestjes van ongeveer 3 mm lengte (ongeveer zo groot als de kop van een lucifer). Ze leven van bloed en komen alleen bij mensen voor, dichtbij de hoofdhuid en tussen de hoofdharen. Iedereen die niet volledig kaal is, kan ze krijgen. Luizen maken geen onderscheid tussen schoon en vies, lang of kort haar. Ze kunnen zich met hun pootjes heel stevig aan het haar vasthouden, ook tijdens het wassen. *Regelmatig wassen helpt niet tegen hoofdluis!* Een volwassen hoofdluis leeft ongeveer één maand op het hoofd. Hoofdluizen overleven slechts kort buiten de mens.

Bij kamertemperatuur en zonder bloed kan een volwassen luis maximaal 48-55 uur overleven.

Nb: Hoofdluizen zijn andere luizen dan kleding-, schaam- en plantenluizen.

1.3 Wat zijn neten?

Vrouwelijke volwassen hoofdluizen leggen zo'n 4 tot 8 eitjes per dag: dit zijn de *neten* (zie plaatje). Waar neten zitten, zijn meestal ook luizen. De vrouwelijke hoofdluis plakt de neten met een niet in water oplosbare kitstof vlak bij de haarinplant. De neten zijn tonvormig en ca. 0,8 mm lang. Luizen hebben een voorkeur voor warme, vochtige en donkere plekken op de hoofdhuid zoals onder de pony, achter de oren en in de nek. Daar leggen ze ook de neten. De neten komen na 7 tot 9 dagen uit. Na 7 tot 9 dagen beginnen nieuwe luizen ook met neten leggen, het is dan ook niet verwonderlijk dat het aantal luizen op een hoofd in korte tijd sterk kan toenemen.



De kleur van neten varieert van wit-geel tot grijs-bruin. Met name de witte neten lijken op roos. Het verschil met roos is duidelijk: roos zit los en valt gemakkelijk uit de haren. Neten zitten vast aan de haren gekleefd. Als het haar groeit komen neten steeds verder van de hoofdhuid af. Neten die meer dan 1 cm van de hoofdhuid af liggen zijn lege (of oude) neten.

Nb. Bij opgestoken haar kunnen ook verse neten wat verder van de hoofdhuid zitten!

1.4 Hoe krijg je luizen?

Luizen kunnen niet springen of vliegen. Het zijn 'overlopers' die van de één naar de ander lopen. De besmetting vindt plaats via direct of indirect contact, zoals bijvoorbeeld:

- spelende kinderen, die met hun hoofden dicht bij elkaar zitten;
- het gebruik van dezelfde kam / borstel, thuis, in het zwembad, of na gymles;
- via sjaals, mutsen en jaskragen, b.v. op volle kapstokken of bij het passen in een winkel;
- in volle trams, metro's, bussen, treinen, op campings;
- via beddengoed, hoofdkussen, handdoeken en knuffels;
- stoffen meubel- en autobekleding (hoofdsteunen);
- via gemeenschappelijk gebruik van paardrijcaps op de manege.

Iedereen kan besmet worden! Omdat kinderen veel bij elkaar in de buurt komen en tijdens het spelen vaak direct contact hebben, komt hoofdluis bij hen wel vaker voor dan bij volwassenen.

1.5 Hoe besmettelijk zijn hoofdluizen?

Hoofdluizen kunnen plotseling verschijnen en zich snel vermenigvuldigen. Een besmetting met hoofdluis valt onder de infectieziekten.

Bij een directe en zorgvuldige bestrijding kan de luis ook betrekkelijk snel weer verdwenen zijn. Hoofdluis moet dan ook zo snel mogelijk behandeld worden. Hoe langer men wacht met bestrijding, hoe groter de kans wordt dat de luis overloopt naar anderen. Behandeling helpt alleen als iedereen die hoofdluis heeft hier tegelijkertijd iets aan doet.

1.6 Taboes rondom hoofdluis.

Het is erg belangrijk de luizen uit de taboesfeer te halen en hierover openlijk te praten met kinderen. Kinderen moeten weten dat hoofdluis bij iedereen kan voorkomen. Zowel ouders als kinderen schamen zich er soms voor en durven het niet op school te vertellen. Ook komt het voor dat ouders uit angst voor besmetting met hoofdluis kinderen regelmatig preventief behandelen, door het haar te wassen met een chemisch bestrijdingsmiddel. Dit werkt het ontstaan van een mogelijke resistentie in de hand (Van der Stichele e.a.1995) en werkt **niet** om hoofdluis tegen te gaan.

Het is belangrijk er wel over te praten. Als een kind hoofdluis heeft moeten ouders het melden aan de leerkracht. De school kan dan maatregelen nemen en aan andere ouders doorgeven om alert te zijn op hoofdluis. Het is het beste als ook speelkameraadjes en logees gewaarschuwd worden. Op die manier kunnen kinderen min of meer gelijktijdig behandeld worden. Dan wordt de cirkel van herbesmetting verbroken.

In de praktijk is gebleken dat het instellen van een ouderwerkgroep 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 zondig behandelen. Kinderen zullen na verloop van tijd de controles zo normaal gaan vinden dat ze zonder schroom praten over hoofdluis.

1.7 Symptomen

Hoofdluizen veroorzaken in principe alleen maar jeuk. Bij de eerste besmetting treedt de jeuk pas na één of twee weken op. Dit heeft te maken met de aanmaak van antistoffen in het lichaam. Bij volgende besmettingen treedt de jeuk vrijwel direct op. Jeuk op het hoofd is altijd een reden om na te kijken of er hoofdluizen en neten te zien zijn. Voor zover bekend dragen hoofdluizen in tegenstelling tot kledingluizen geen ziekten over. Door krabben kunnen wel korstjes op de hoofdhuid ontstaan. Mogelijk kunnen hierbij ook infecties ontstaan.

2. OPSPOREN EN BEHANDELEN

2.1 Het opsporen van hoofdluis en neten

Neten kun je bij jezelf moeilijk zien.

Iemand anders kan de haren op de voorkeursplaatsen (onder de pony, achter de oren en in de nek) nakijken. Dit kan door pluk voor pluk de haren op te tillen en zorgvuldig de hoofdhuid te bekijken of je neten ziet. Neten laten niet gemakkelijk los van een haar. Daardoor zijn ze te onderscheiden van huidschilfers of roos.

Luizen kun je wel zelf opsporen.

Kam met een luizenkam om luizen te vinden. Dat gaat als volgt:

- Maak het haar een beetje nat en smeer wat gewone crèmespoeling in het haar. Door de crèmespoeling worden de haren glad. Dat heeft als voordeel dat het kammen gemakkelijker gaat en minder pijn doet.
- Neem een luizenkam en schuif een gaasje (hydrofiel) over de tanden van de kam. Voor gekruld of dik haar zijn de tanden van een plastic luizenkam niet stevig genoeg. Gebruik dan liever een metalen luizenkam.
- Bij kammen boven een wit stuk papier of boven de wasbak is het beste te zien of er luizen uit het haar gekamd zijn. Leg anders een handdoek op de schouders.
- Kam al het haar op het hoofd, lok voor lok. Houd eventueel het haar dat nog niet gekamd is met haarklemmetjes gescheiden van het haar dat wel gekamd is. Om alle haren te kammen zijn minstens 30 slagen nodig; dat kost al gauw meer dan twintig minuten, afhankelijk van de bos haar.
- Begin telkens bij de hoofdhuid, kam goed over de huid en daarna naar het eind van de lok; verschoon het gaasje enkele keren tijdens het kammen. Als u geen gaasje gebruikt, spoel dan tijdens het kammen regelmatig de kam uit.
- Als er luizen uit het haar komen, spoel deze dan met water weg in de wasbak.
- Als er hoofdluis is vastgesteld bij een gezinslid, controleer dan alle andere gezinsleden op hoofdluis;
- Behandel alleen de gezinsleden die hoofdluis hebben (ook al wordt in de bijsluiter anders vermeld). Behandel betreffende gezinsleden tegelijkertijd.

Omdat hoofdluizen overlopers zijn, is de kans groot dat andere gezinsleden ook hoofdluis hebben. Het is daarom belangrijk om met behulp van de stofkam regelmatig minimaal 1x per week bij het hele gezin na te gaan of er iemand hoofdluis heeft. Voordat een ander de stofkam gebruikt moet deze wel eerst huishoudelijk worden schoongemaakt met een afwassopje.

2.2 Informatie over soorten kammen

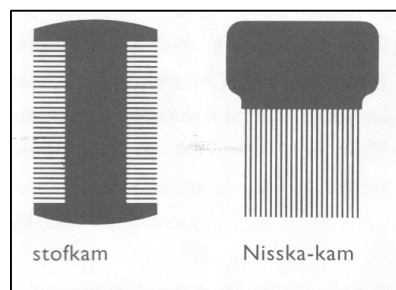
Er zijn luizenkammen om luizen te verwijderen en netenkammen om neten te verwijderen. Wij adviseren de volgende kammen:

Plastic stofkam of luizenkam:

- Plastic handvat, plastic tanden (vaak ingesloten bij luizenbestrijdingsmiddelen)
- Geschikt om luizen te verwijderen
- Niet geschikt om neten te verwijderen
- Nadeel: tanden verbuigen en breken gemakkelijk.

Nisska-kam (echte netenkam):

- Metalen handvat. Eén rij metalen tanden van 3,5 cm lang die heel dicht bij elkaar staan
- Niet geschikt om luizen te verwijderen
- Zeer geschikt om neten te verwijderen
- Duurzaam; gaat niet snel kapot
- Nadeel: kammen is pijnlijk, duur in aanschaf



2.3 De behandeling van hoofdluis

Als er luizen of neten in het haar gevonden zijn, is behandeling nodig. Hoofdluis gaat niet vanzelf over. Hoofdluis vraagt een intensieve aanpak.

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

Veruit de beste methode is een behandeling van het haar met een geregistreerd luisbestrijdingsmiddel én dagelijks kammen van het haar met de stofkam tot veertien dagen na de aanvang van de behandeling.

De GGD adviseert de volgende aanpak, met vier onderdelen:

1. behandeling met luizendodende middelen
2. kammen met een luizenkam
3. maatregelen in huis
4. nacontrole

Luizendodende middelen zijn beschikbaar in de vorm van lotions, shampoos en sprays.

Lotions werken beter dan de andere soorten doordat ze langer inwerken op het hoofd.

Door deze middelen gaan de luizen dood. De neten gaan niet altijd dood en blijven aan de haren vastgeplakt zitten. De middelen zijn zonder recept verkrijgbaar bij apotheek en drogist.

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

- Malathion (Prioderm), lotion, shampoo
- Malathion (Noury), lotion
- Permetrine (Loxazol), lotion, crème
- Bioalletrine / Piperonylbutoxide (PARA-speciaal), spray

Alvorens een chemisch bestrijdingsmiddel te gebruiken is het van groot belang de bijsluiter nauwkeurig te lezen!

In toenemende mate wordt er melding gemaakt van resistentie tegen deze middelen, zowel in Nederland als in het buitenland.

Op dit moment biedt geen enkel middel garantie op een succesvolle therapie. Daarom geldt, naast de aanvullende maatregelen als kammen en reinigen, het advies bij falen van therapie de behandeling te herhalen met een luisbestrijdingsmiddel uit een andere groep.

Er bestaan ook 'natuurlijke' hoofdluismiddelen. De werkzaamheid van deze middelen is onvoldoende onderbouwd. Het gebruik van deze middelen kan om die redenen geen officieel advies zijn.

Omdat geen enkel middel voor 100 procent werkt, is het van belang bij alle middelen de behandeling na 8 dagen te herhalen.

Dode neten groeien vanzelf uit het haar. Ze kunnen ook verwijderd worden door het haar te weken met een oplossing van één deel water en één deel azijn (de neten laten dan makkelijker los) en vervolgens te kammen met een netenkam.

Uitvoering van de behandeling:

Dag 1 ('s avonds)

- Lees de gebruiksaanwijzing van het luizendodend middel. De lotion moet een tijd inwerken. Voor Prioderm is dit 12 uur, voor Loxazol is dit korter. Dit staat in de bijsluiter. Met een inwerktijd van 12 uur is het begin van de avond het beste tijdstip om de lotion aan te brengen;
- Druppel de lotion op het droge haar totdat de hoofdhuid en het haar goed nat zijn. Pas op voor de ogen en oren! Laat het haar vanzelf opdrogen, niet afdekken met handdoek of sjaal, niet föhnen. Laat de lotion inwerken zolang als de bijsluiter aangeeft.

Dag 2 ('s ochtends)

- Als de lotion lang genoeg ingewerkt heeft, was dan de haren met een gewone shampoo;
- Smeer het haar in met crèmespoeling en kam de haren met de luizenkam;
- Maak de luizenkam schoon. Dat kan het beste door de kam goed huishoudelijk schoon te maken in een heet afwassopje of door de kam minimaal 1 uur in de lotion te leggen. Daarna mag de kam voor anderen gebruikt worden;
- Doe de handdoek in de was (wassen op 60 graden);
- Neem andere maatregelen in huis (zie aan het einde van deze beschrijving van behandeling).

Dag 3 tot 8

- Door elke dag met de luizenkam te kammen haalt u de jonge luisjes eruit. Zo krijgen de luizen geen kans om 's nachts neten te leggen. Doe dat volgens de beschrijving onder hoofdstuk 2.1

Dag 8

- Herhaal de behandeling met luizendodend middel om luizen, die uitgekomen zijn en aan de kam ontsnapt zijn, te doden. Alle luizendodende middelen moeten twee keer gebruikt worden, ook al staat in de bijsluiter dat één keer voldoende is!

Dag 9 tot en met 15

- Kam zoals beschreven bij dag 3-8.

Sommige ouders en kinderen kiezen ervoor de haren kort te knippen. Dat maakt het kammen gemakkelijker.

Aanpak van hoofdluis wanneer u geen luizendodend middel wilt gebruiken.

Sommige mensen willen liever geen luizendodend middel gebruiken. De aanpak van hoofdluis is dan als volgt:

Vorbereiding:

- Schaf een luizenkam en een netenkam aan.
Voor gekruld of dik haar zijn de tanden van een plastic luizenkam niet stevig genoeg. Schaf dan liever een metalen luizenkam aan.
- Gebruik een netenloswekend middel. De neten zijn dan gemakkelijker uit de haren te kammen. Door te kammen met een netenkam zullen er maar weinig neten overblijven en dus weinig luizen bijkomen. Men kan zelf een mengsel van half lauw water en half azijn maken of bij de apotheek of drogist een netenloswekend middel aanschaffen. Dit middel bevat een combinatie van crèmespoeling en azijn;
- Behandel alle gezinsleden die hoofdluis hebben allemaal tegelijk.

Uitvoering

Dag 1

Kammen met de luizenkam en met de netenkam

Kammen met de luizenkam om de luizen te verwijderen.

Kammen met de netenkam om neten te verwijderen.

Dit gaat als volgt:

- Gebruik een netenkam om neten uit het haar te kammen, schuif eventueel een gaasje over de tanden van de kam om de neten makkelijk van de kam te verwijderen;
- Kam al het haar op het hoofd, lok voor lok, met de netenkam;
- Begin bij de nekharen of de pony. Begin telkens bij de hoofdhuid en daarna naar het eind van de lok. Zo worden de neten uit de haren verwijderd. Besteed extra aandacht aan de nekharen en de haren achter de oren. Daar zitten vaak veel neten;
- Kijk na elke lok of er neten aan de kam zitten. Verschoon het gaasje regelmatig of maak de kam schoon met een krabbertje of borsteltje. Maak de netenkam maar ook haarspeldjes goed schoon onder heet stromend water;
- Neem andere maatregelen in huis.

Dag 2 tot en met 14

Elke dag kammen met de luizenkam (zie hoofdstuk 2.1)

Het is erg moeilijk om ervoor te zorgen dat in één keer alle neten uit het haar gekamd zijn.

Neten die zijn blijven zitten kunnen dan nog uitkomen. Daarom is het belangrijk om dagelijks de haren grondig te kammen met de luizenkam om de jonge luisjes eruit te halen. Die krijgen dan ook geen kans om 's nachts neten te leggen.

2.4 Het voorkomen van verspreiding

Zoals reeds eerder is opgemerkt: iedereen kan hoofdluis krijgen.

Indien er luizen of neten worden gevonden is het erg belangrijk dat ook de overige gezinsleden gecontroleerd en indien nodig behandeld worden. Verder is het van belang dat de directe omgeving wordt gewaarschuwd, zoals de school, de vriendjes en vriendinnetjes. Zij kunnen dan zo snel mogelijk met de stofkam worden gecontroleerd.

Overigens wordt het preventief gebruik van chemische bestrijdingsmiddelen ten strengste afgeraden. Het werkt niet om hoofdluis tegen te gaan en werkt het ontstaan van een mogelijke resistentie in de hand (Van der Stichele e.a. 1995). Het is onnodig en onverstandig om het haar met een chemisch bestrijdingsmiddel te behandelen als u geen hoofdluizen heeft gevonden.

Eigenlijk kun je niet voorkomen dat hoofdluizen van de een naar de ander overlopen. Je kunt alleen zorgen dat de luizen niet blijven zitten en zich vermeerderen. De beste manier hiervoor is; controleren door te kammen met een stofkam. Dit kun je iedere week doen en als op school hoofdluis voorkomt, iedere dag.

Regelmatige hoofdluiscontroles op scholen zijn zeker zinvol. Door deze controles is het gemakkelijker om de situatie onder controle te houden.

2.5 Ontsmetting van kleding, beddengoed en kammen/ borstels

De luizen kunnen ook in kleding (jassen, mutsen, sjaals) of beddengoed (lakens, kussens, slopen, dekens / dekbedden) terechtgekomen zijn.

Was (op minimaal 60°C) of stoom de kleding die de laatste week gedragen is. Vergeet hierbij jassen, dassen, mutsen en petten niet. Denk ook aan verkleedkleden thuis en op school. Haal de bedden op dag 1 's morgens af en was het beddengoed (lakens, slopen, dekbedhoezen, pyjama's).

Stop spullen die niet op 60°C gewassen kunnen worden, zoals meubelbekleding, kussens, jassen, knuffels etc., gedurende een week in een dichtgebonden vuilniszak. Daarna goed uitborstelen of stofzuigen.

Luizen op kleding en knuffels kunnen ook worden gedood door bevriezing. Men moet dan kleding en knuffels minimaal 24 uur in een plastic zak in de vriezer plaatsen. Daarna de spullen goed borstelen of uitkloppen.

Kammen en borstels voor een uur laten weken in een chemisch bestrijdingsmiddel tegen hoofdluis. Verder is het belangrijk stoffen bankjes, autobekleding (hoofddeunen), vloerbedekking etc. dagelijks goed te stofzuigen (± 10 tot 14 dagen).

3. VOORKOMEN EN BESTRIJDEN, WIE IS VERANTWOORDELIJK?

3.1 Ouders en kinderen

Ouders zijn de eerst verantwoordelijken voor opvoeding, vorming en verzorging van hun kinderen. Ouders kunnen kinderen leren zelf om te gaan met de persoonlijke verzorging. De school kan die verantwoordelijkheid van ouder en kind niet overnemen. Het tijdig waarschuwen van vriendjes en school, nadat hoofdluis is geconstateerd, kan bevorderen dat besmetting van andere kinderen vroegtijdig wordt voorkomen. De school heeft een aanvullende, stimulerende en bewakende rol in de bestrijding van hoofdluis.

3.2 Scholen

Kinderen brengen vanaf hun vierde jaar een belangrijk deel van hun tijd op school door. De school is verantwoordelijk voor de hygiëne en het leefklimaat op school (dit is ook wettelijk vastgelegd). In de wet op het basisonderwijs is tevens gezondheidseducatie als verplicht vakgebied opgenomen. Het leren omgaan met en het tijdig bestrijden van hoofdluis is daarom ook een verantwoordelijkheid van het onderwijs.

Door in de klas gewoon over hoofdluis te praten kan de school bijdragen aan het leren omgaan met de persoonlijke verzorging van ieder kind en het mogelijke taboe rondom hoofdluis doorbreken.

Als bij de schoolbevolking hoofdluis voorkomt, dient de school maatregelen te treffen. Blijken deze maatregelen onvoldoende, dan is de school in tweede instantie aangewezen op de afdeling Jeugdgezondheidszorg van de GGD in de regio. Deze zal dan in overleg met de school, leerkrachten, ouders en kinderen adviseren hoe de hoofdluisbestrijding het beste uitgevoerd kan worden.