



Hoofdluis

Een luis in je haar? Kammen maar!

Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo, vooral onder kinderen. Controleer dus vaak en grijp meteen in als u hoofdluis ontdekt. Kammen met een speciale kam is de beste methode.

Hoe krijg je hoofdluis?

Hoofdluis heeft niets te maken met wel of niet schoon zijn. Het kan iedereen overkomen. Luizen zijn overlopers. Ze wandelen van hoofd naar hoofd. De hoofdluis zoekt graag een warm plekje op: achter de oren, in de nek of onder een pony bijvoorbeeld. Kinderen lopen de meeste kans om hoofdluis te krijgen, omdat ze bij het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken, waardoor het voor de luis extra makkelijk is een prooi te vinden.

Hoe herkent u hoofdluis?

Hoofdluis veroorzaakt meestal jeuk, maar niet altijd. Het is aan te raden uw kind regelmatig op hoofdluis te (laten) controleren. Als u het haar met een netenkam of luizenkam doorkamt boven een vel wit papier, kunt u zien of er luizen uit vallen. Het zijn grijsblauwe of, nadat ze bloed opgezogen hebben, roodbruine beestjes van een paar millimeter groot. Hun eitjes, neten, zijn witte stipjes die op roos lijken. Alleen zit roos los, terwijl neten juist aan het haar vastkleven. Neten die 2 cm van de hoofdhuid af zitten, zijn dode (lege) neten!

Behandeling

Als u hoofdluis ontdekt is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Want zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis besmettelijk.

Kammethode: kam gedurende 14 dagen het haar elke dag met een netenkam

Dit uitkammen is het belangrijkste. Kam met een netenkam, deze heeft metalen tanden. Gebruik géén plastic kam (luizenkam). Volg de volgende stappen:

- Was het haar met gewone shampoo en spoel het uit.
- Doe crèmespoeling in het haar en kam eerst met een gewone kam de klitten weg.
- Houd het hoofd voorover boven een wasbak of een stuk wit papier. Pak de netenkam en kam het haar van achteren naar voren (van nek naar pony). Begin tegen de schedelhuid aan! Start van het ene naar het andere oor en kam zo al het haar door.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een witte papieren servet of zakdoek en kijk of u luizen ziet. Spoel gevonden luizen door de wasbak.
- Spoel vervolgens de crèmespoeling uit het haar en maak kammen goed schoon. U kunt kammen 5 minuten uitkoken of ze ontsmetten met alcohol (70%).



Bron afbeelding: RIVM Nederland

Combineer het kammen eventueel met een antihooftluismiddel. Ook dan moet u 14 dagen dagelijks het haar kammen. Als u een antihooftluismiddel gebruikt, herhaal deze behandeling dan altijd na 7 dagen: dus insmeren op dag 1 en dag 8. En altijd 14 dagen dagelijks kammen!

Antihooftluismiddelen

Wilt u een antihooftluismiddel gebruiken, kies dan in ieder geval voor een geregistreerd product. Op volgorde van werkzaamheid zijn dit:

- Middelen met de stof dimethicon, zoals XTLuis® (zonder bestrijdingsmiddel)
- Lotion en shampoo op basis van malathion: Prioderm® of Noury® (met bestrijdingsmiddel);
- Crèmespoeling en lotion op basis van permethrine: Loxazol® (met bestrijdingsmiddel);
- Spray op basis van bioalletrine/piperonylbutoxide: PARA-spray® (met bestrijdingsmiddel).

Tegen de antihooftluismiddelen is de hoofdluis steeds vaker resistent (ongevoelig). Daarom raadt het RIVM middelen met dimethicon aan: hier zit geen bestrijdingsmiddel in. Dimethicon is een stofje waardoor de hoofdluis stikt. Hoofdluis kan hier niet resistent tegen worden.

Voor middelen met bestrijdingsmiddel geldt dat de resistentie bij malathion het minst voor komt. Als het middel niet werkt, probeer dan een middel waar een andere werkzame stof in zit.

De werkzame stoffen die in de antihooftluismiddelen gebruikt worden, komen via de huid in de bloedbaan van het kind. Dit is niet helemaal ongevaarlijk. Wees dus erg voorzichtig met het gebruik van antihooftluismiddelen. Gebruik ze nooit vaker dan 2x per jaar!

Preventieve middelen? Middelen tegen neten?

Er zijn tegenwoordig ook veel preventieve middelen op de markt. Hiervan wordt beweerd dat het middel ervoor zorgt dat je geen hoofdluis krijgt. Dit is echter niet aangetoond. Vanwege de (mogelijke) resistentie en bijwerkingen wordt het gebruik van dit soort preventieve middelen niet aan geraden.

Er zijn ook meerdere middelen tegen neten (eitjes) in de haren. Deze middelen werken vaak niet, maar zijn wel duur! Let op de plek van de neten: verder dan 2cm van de hoofdhuid zijn lege neten! Er is dan dus géén hoofdluis meer!

Aanpassing van het landelijk beleid, per 16-3-2011:

Luizencapes over kinderjasjes hangen, knuffels en beddengoed wassen, borstels uitkoken, de auto stofzuigen. Tot nu toe werd ouders geadviseerd om grondige schoonmaak te houden bij hoofdluis. Het is echter niet wetenschappelijk bewezen dat dit soort omgevingsmaatregelen helpen. Daarom hoeven ouders dit niet meer te doen, volgens het RIVM en het Landelijk Steunpunt Hoofdluis.

Let op!

- Malathion en dimeticon zijn brandbaar. Vermijd open vuur tijdens de behandeling met een middel waar malathion of dimeticon in zit en föhn het haar niet!
- Chloor tast de werking van malathion aan, dus laat uw kinderen niet zwemmen in chloorhoudend water op de dag van de behandeling (zwemles).
- Zwangeren, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen jonger dan 6 maanden kunnen beter geen antihooftluismiddel gebruiken.
- Malathion, permethrine en dimethicon kunnen huidirritatie, overgevoeligheid en allergie als bijwerking hebben.
- Gebruik geen antihooftluismiddelen als u niet zeker weet of uw kind luis heeft. Een antihooftluismiddel kan besmetting met hoofdluis niet voorkomen.

Hoofdluis heb je niet alleen

Hoofdluis is enorm besmettelijk. Als uw kind hoofdluis heeft, controleer dan meteen alle gezinsleden. Meld het bovendien op school, bij de kinderopvang, op clubjes, bij vriend(innet)jes, oppassen, opa's en oma's. Laat kinderen geen kammen, borstels, mutsen, hoofddoekjes, jassen en haarspeldjes met elkaar delen, en zorg ervoor dat er op de kapstok genoeg ruimte tussen de jassen is. Dit is 15 cm of meer. Bedenk wel dat besmetting vóoral via de hoofden gaat!

Regelmatig controleren

Sommige kinderen zijn (erg) gevoelig voor hoofdluis. Controleer alle leden van uw gezin (inclusief ouders!) 1x per week op hoofdluis. Hierdoor kunt u meteen ingrijpen wanneer er hoofdluis is en is het beter beheersbaar. Met controleren wordt het nakijken bedoelt, u hoeft niet (volledig) te kammen.

De informatie in deze brochure is gebaseerd op het Protocol Hoofdluis van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM).

Kijk ook een op www.rivm.nl/infectieziekten & www.landelijksteunpunthoofdluis.nl .

Tot slot

Heeft u vragen of behoefte aan een persoonlijk advies, dan kunt u bellen met onze telefoonlijn. U kunt uw vragen hier anoniem stellen, maar ook vragen om teruggebeld te worden door uw eigen schoolarts/verpleegkundige. U vindt het telefoonnummer hieronder.