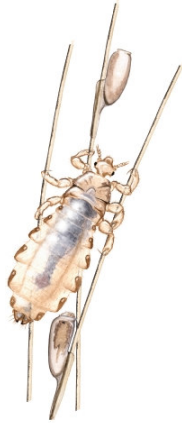


Fram med finkammen, hodelusa er her!

Publisert 18.08.2009 , oppdatert: 18.08.2009, 11:11



Hodelus forsvinner ikke av seg selv hvis de først har bosatt seg i håret ditt. Lusene må drepes for at du skal bli kvitt krypene. Alle kan få lus, uansett om du har langt hår eller kort hår, krøllete eller slett. Bare den som har lus skal behandles.

Ett av de vanligste tegnene på at man har lus, er kløe i hodebunnen. Kløen er en allergisk reaksjon på lusebittene. Det kan ta mange uker fra man blir smittet med lus, til kløen starter. Hodelus har ingen sammenheng med dårlig hygiene, og kan ikke vaskes bort med vanlig sjampo.

Hvordan smitter hodelus?

Hodelusa kan verken hoppe eller fly, men kryper gjerne fra ett hode til et annet. De fleste som smittes med hodelus er barn i skole og barnehagealder, men alle som har hår på hodet kan få lus. Ofte vil foreldre bli smittet av barna. Det finnes ingen holdepunkter for at lusa kan flytte seg mellom klær i en garderobe. Det anbefales likevel å ikke låne lue eller annet hodeplagg av en som har lus. Omgangskretsen bør informeres når et barn har fått hodelus.

Hvordan finne lusa?

Finn fram lusekammen og gre. Kamming av fuktig hår er effektivt fordi fuktigheten i håret hemmer lusenes bevegelse og lusene derfor ikke klarer å rømme unna kammen. Legg et hvitt håndkle over skuldrene når du kjemmer, og sjekk både håndkleet og kammen for lus og egg. Hvis du greer i vått hår kan

du tørke kammen av på et papir. Eventuelle lus vil da tørke i løpet av et par minutter, og man vil se at de beveger seg.

Finner du lus, må både kam og håndkle etterbehandles for å drepe alle lus og egg, enten ved vasking på 60 grader, eller nedfrysing i minst fire timer. Rens kammen mellom hver person som gres.

Behandling med lusekur

Statens legemiddelverk anbefaler bruk av linimentene (flytende middel) Malation og Prioderm som behandling mot lus. Ved lusesmitte hos gravide, ammende og barn under to år, bør man rådføre seg med lege før behandling starter. De blir oftest anbefalt et annet preparat. Følg bruksanvisningen nøye. Husk at det bare er den som har lus som skal behandles.

Det finnes en rekke alternative lusemidler. De er vitenskapelig sett testet ut i langt mindre grad enn legemidlene. Mange kan likevel ha god effekt. Midler med eteriske oljer kan hos noen framkalle allergi.

Kamming som behandling

Man kan også bekjempe lus ved hjelp av lusekam. Kammingen må utføres systematisk og grundig hver dag eller annenhver dag i 12-14 dager. Metoden er best egnet på barn med kort eller mellomlangt, rett eller bølget hår. Ved kjemming med lusekam skal håret være vått og gjerne tilsatt balsam for å lette greingen. Rengjør kam og håndkle etter bruk (se over).

Barbering som behandling

Ved en hårlengde på under 0,5 cm vil lusene få lite å holde seg fast i, og de vil ikke kunne overleve. Barbering kan, særlig for små barn, være et godt behandlingsalternativ.

Informasjonsmateriell på flere språk

Folkehelseinstituttet har utarbeidet en brosjyre om hodelus som kan bestilles, eller lastes ned som pdf fra nettsidene. Brosjyren er også oversatt til flere språk og finnes nedlastbar som Information letter no 2: Head lice.