

# Hoofdluizen



Advies voor kinderen  
en ouders

# Hoofpunten

Hoe kunnen we luizen voorkomen?

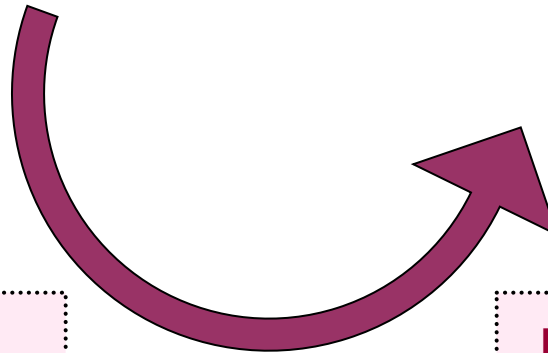
Wat zijn luizen?  
Wat zijn neten?

Wat moet ik doen als ik hoofdluizen heb?

Hoe krijgen we hoofdluizen?

Hoe controleer ik met een kam?

Hoe weet ik dat ik hoofdluizen heb?



# Het is een mythe...

- Hoofdluizen vind je niet alleen in vuil haar!
  - ⇒ Hoofdluizen houden van elk soort haar: vuil of proper, bruin, blond of rood haar, lang of kort

- Luizen hebben is geen ramp!

- ⇒ Het is een normale infectie die kan behandeld worden

- ⇒ Hoofdluizen zijn parasieten die hoofden van mensen nodig hebben om te overleven

- ⇒ Hoofdluizen veroorzaken geen ziektes



Wat zijn hoofdluizen?

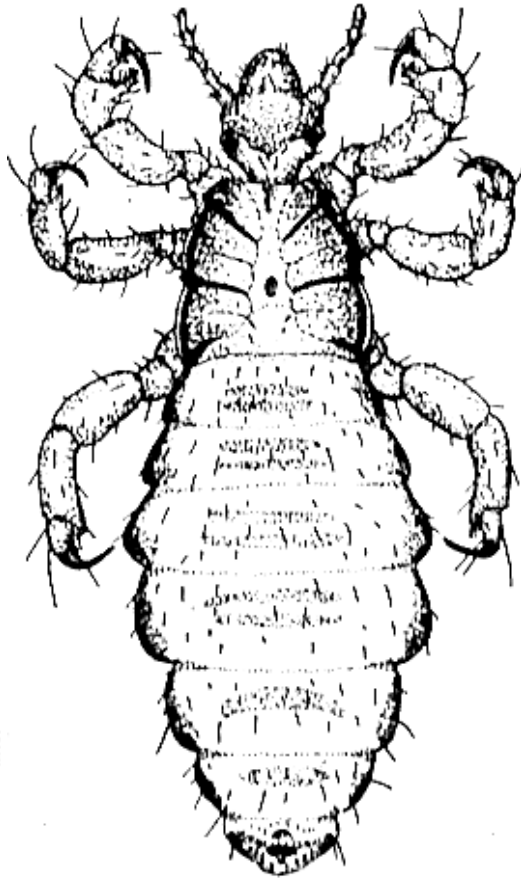
# Wat zijn hoofdluizen?



# Wat zijn hoofdluizen?

## De *Pediculus capitis*:

- Is een insect
  - zonder vleugels
  - 3 paar poten
- Grootte
  - lengte: max. 4 mm
  - hoogte : 2 mm
- Kleur
  - normaal transparent = moeilijk te zien
  - worden roodbruin wanneer ze gegeten hebben



# Wat zijn hoofdluizen?

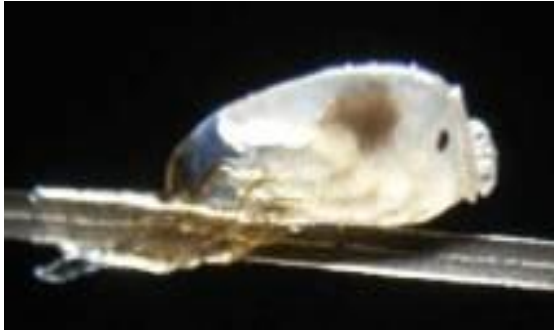


- **Omgeving**
  - Ze leven in menselijk haar, in warme zones = achter de oren of in de nek
  - Het zijn parasieten = ze voeden zich met menselijk bloed
- **Bewegelijkheid**
  - kunnen zwemmen
  - kunnen niet springen
  - kunnen heel snel bewegen



# Wat zijn neten?

## Neten zijn geen luizen!



- Neten zijn lege eitjes of dode eitjes
- Ze hangen zich vast aan het haar dankzij een soort kleefstof die de luis tijdens het leggen afscheidt.
- Neten blijven een week of soms een maand na infectie in het haar achter.



# Hoe krijgen we hoofdluizen?



# Hoe krijgen we hoofdluizen?

## Hoofdluizen krijg je door contact:

- **Direct contact:** van het ene hoofd naar het andere (door het samen spelen, sporten...)
- **Indirect contact:**
  - van zaken als zetels, sjaals, mutsen, handdoeken...
  - in het zwembad
  - bij het uitwisselen van fietshelmen, borstels, kammen
  - ...
- **Hoofdluizen kunnen iedereen besmetten, niet alleen kinderen.**

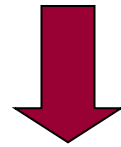


# Hoe weet ik dat ik hoofdluizen heb?



# Hoe weet ik dat ik hoofdluizen heb?

- Sommige mensen krijgen een jeukende hoofdhuid
- Sommige mensen weten niet dat ze hoofdluizen hebben



Controle met een luizenkam  
is de beste manier om luizen op te sporen



# Hoe controleer ik met een kam?



# Hoe controleer ik met een kam?



## VOORBEREIDING

- Koop een speciale netenkam bij je apotheek
- Verwijder knopen met een gewone kam
- Verdeel het vochtige (handdoekdroge) haar in 4 delen

# Hoe controleer ik met een kam?



## STAP 1

- Plaats de tanden van de netenkam bovenop het hoofd en start het kammen naar het einde van het haar toe, hou de tanden van de kam zolang mogelijk in contact met de hoofdhuid. Controleer deel per deel.



## STAP 2

- Bekijk de kam na elke trek door het haar op zoek naar luizen. Je kan het opsporen vergemakkelijken door de kam aan een wit zakdoekje schoon te wrijven.



## STAP 3

- Herhaal het proces tot je het hele haar hebt gecontroleerd. Het neemt ongeveer 10 - 15 minuten in beslag om het goed te doen.



## CONCLUSIE

- Wanneer je een levende luis gevonden hebt, ben je besmet door hoofdluisen
- Je hoeft geen behandeling zolang je geen levende luis vond.
- Neten kunnen wijzen op een besmetting in het verleden, maar tonen niet noodzakelijk een huidige besmetting aan.



# Hoe controleer ik met een kam?

## ADVIES

- Zorg ervoor dat je veel licht hebt – best natuurlijk daglicht
- Je kan een witte handdoek op de schouders leggen of kammen boven een wit oppervlak (wasbassin, badkuip of witte tafel) dat maakt het makkelijker om de luizen die uit het haar zouden vallen te zien.
- Controleer elk lid van het gezin en iedereen die nauw contact had met de besmette persoon.



**Wat moet ik doen  
als ik luizen heb?**



# Wat moet ik doen als ik luizen heb?



## STAP 1

- Ga naar je apotheek en koop er een product voor luizen.



## STAP 2

- Lees de bijsluiter voor je van start gaat

## STAP 3

- Behandel alle leden van het gezin op dezelfde dag



## STAP 4

- Informeer de school en iedereen die in nauw contact was gedurende de laatste twee weken.

## ADVIES

- Ontsmet ook de omgeving om een nieuwe besmetting te voorkomen:
  - Verschoon bad- en bedlinnen en kledij en was deze op 60°C
  - Alles wat niet gewassen kan worden op 60°C, vb. synthetische kleding, borstels, kammen, zetels, helmen, zacht speelgoed... kan ontsmet worden met een speciale behandeling (insecticide spuitbus)



# Hoe kan je luizen voorkomen?



# Hoe kan je luizen voorkomen?

## We raden je aan om:

- lang haar op te steken
- een badmuts te dragen in het zwembad
- een insectenwerend middel te gebruiken tijdens de periode van de luizenepidemie
- geen kledij uit te wisselen (sjaal, muts, helm...), borstels of kammen



Wanneer je een levende luis vindt, verwittig iedereen die met jou in contact was. Adviseer hen om hun haar te controleren met een netenkam. Wanneer ze een levende luis vinden, adviseer hen dan om iedereen waarmee ze in contact waren te verwittigen.





# De hoofdlijnen samengevat

- Een hoofdluis is niet gevaarlijk maar kan heel vervelend zijn. Je kan besmet zijn door direct of indirect contact met besmette mensen.
- Controleren met een kam helpt je levende luizen te vinden
  - **Wanneer je luizen vond:** koop een luizenbehandeling bij je apotheek en behandel de besmette persoon en de overige leden van het gezin en verwittig iedereen die in nauw contact was de laatste twee weken.
  - **Wanneer je geen luizen vond:** voorkom hoofdluizen; wees voorzichtig met het uitwisselen van kledij en borstels, draag een badmuts in het zwembad en steek lang haar op. Controleer wekelijks om zeker te zijn.





Voor meer informatie:

**CLB**  
**Apotheker**

