

Information till alla vårdnadshavare om huvudlöss

Just nu finns det elever på skolan som har huvudlöss. **För att undvika smittspridning vill jag att alla föräldrar kammar igenom håret på era barn med en speciell luskam** och om ni hittar löss eller gnetter, kontrollera även hela familjens hår och hårbotten!

Bra information om huvudlöss finns att läsa på

<http://www.1177.se/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Huvudloss/>

Kort information om löss:

- Huvudlusen finns i hår och hårbotten, lusen kan bli två till tre millimeter lång.
- Om man har löss brukar det klia mycket i hårbotten. Lössen är små och svåra att upptäcka.
- Huvudlusen finns bara i hår och hårbotten. Den lever av människans blod, inte av smuts. Man får därför inte löss av att man har städlat för dåligt eller tvättat sig för lite!
- Huvudlöss kan inte flyga eller hoppa utan förflyttar sig genom att med hjälp av klorna klättra på hårstråna.
- Vanligtvis sprids huvudlöss genom kontakt huvud mot huvud. Risken för spridning via kammar, mössor, kläder, sängkläder och föremål är relativt liten då löss som kommer utanför håret inte kan förflytta sig och dessutom snabbt torkar ut.
- Behandlingen bör göras så snart man upptäckt löss eller gnetter.
- Behandla den/de familjemedlemmar som du hittar löss eller okläckta lusägg på.
- Det finns flera olika preparat att välja mellan, fråga alltid på apoteket om ett lämpligt alternativ!
- Följ noga instruktionerna i bruksanvisningen till preparatet.
- Ditt barn kan gå tillbaka till skolan dagen efter behandlingen.
- Var noga med att följa upp och kontrollera hela familjen under flera veckor framöver. Det är inte alltid som det räcker med en behandling!



Om ditt barn har fått huvudlöss kontakta klasspedagogen eller skolsköterskan. På så sätt får skolan möjlighet att kunna informera och uppmana samtliga vårdnadshavare till att undersöka sina barn.

Har du frågor kan du alltid ringa till skolsköterskan eller till sjukvårdsrådgivningen på telefonnummer 1177 för att få råd.

<http://www.1177.se/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Huvudloss/> text nedan kommer från denna sida.

Det är störst risk att få huvudlöss på sommaren, när de är som mest aktiva. När skolterminen börjar kan lössen spridas. Finkamma därför barnen och behandla de som har levande löss innan skolan börjar efter ett längre lov. Det är det bästa sättet att förhindra lusepidemier.

För att bli av med lössen är det viktigt att alla som kan vara smittade blir undersökta, så att alla som har löss kan behandlas samtidigt. Det kan vara en förskolegrupp, skolklass eller en familj. Efter behandlingen kan barnen gå till förskolan eller skolan, under förutsättning att kontakt hår mot hår undviks den första veckan.

Hur upptäcker jag löss?

Oftast kliar det i hårbotten om du har löss, **men du kan ha löss utan att det kliar**. Klådan är en överkänslighetsreaktion på lusens saliv. Klådan kommer först 4-6 veckor efter att du smittats. Om du blir smittad igen kommer klådan snabbare, redan efter några dygn. Svart puder på kudden eller kragen kan vara lusens avföring eller ömsade lusskinn.

För att vara säker på att du har huvudlöss måste du ha upptäckt löss i håret. De är en till tre millimeter långa och genomskinliga. Färgen varierar från grå, brun, svart till röd beroende på när de har sugit blod. De unga lössen kan vara små och svåra att upptäcka.

Hitta löss med hjälp av luskam

Enklaste sättet att upptäcka om du har löss är att använda en luskam. **Välj en luskam som är CE-märkt**, vilket visar att den uppfyller EU:s säkerhetskrav. Du kan fråga på ett apotek om du är osäker. Kammen ska ha täta och styva tänder. Om kammen är ljus syns lössen bäst.

Kamma igenom hela håret noggrant, från hårbotten längs hela hårstrået. Det kan vara bra att kamma håret över ett vitt underlag, till exempel ett lakan, eller en spegel. Om du använder balsam håller sig lössen stilla och blir lättare att upptäcka. Stryk av kammen på ett vitt papper efter varje kamtag. Om det finns löss i håret fastnar de i kammen eller hamnar på underlaget.

Leta efter lusägg

Du kan också leta efter lusägg på hårstrået nära hårbotten. De kan vara lättare att upptäcka än själva lössen. De ägg som innehåller den blivande lusen är mörka. De tomma äggen är ljusa, ofta gulvita, ovala, ungefär en millimeter långa och följer med hårstråets utväxt.

Även om du hittar lusägg på hårstrån är det inte säkert att du har levande löss, eftersom äggen kan vara kläckta och tomma. Om du bara hittar tomma ägg ska du inte börja någon behandling. Äggen försvinner när hårstrået växer ut. Du kan också försöka kamma bort dem.

Om du har löss ska du kamma igenom håret med luskam. Men det räcker sällan som enda behandling. Det bästa sättet att bli av med huvudlöss är att kombinera luskamning med någon form av behandling.

Det är bara om du har upptäckt levande löss som du ska behandla med något medel. Du ska inte behandla huvudlöss i förebyggande syfte då effekten är osäker.

Rådgör med barnvårdscentralen eller en vårdcentral innan du behandlar barn under två år. Alla som har löss i en familj eller grupp ska behandlas samtidigt för att minska risken för återsmitta.

Så här kammar du:



Behandla med lusmedel

Det finns olika typer av lusmedel. Dels så kallade medicintekniska produkter och dels läkemedel.

Oavsett vilken produkt du använder är det viktigt att följa bruksanvisningen noga. Efter behandlingen ska du finkamma håret för att få bort döda löss och ägg.

Medicintekniska produkter i första hand

Behandla i första hand med en medicinteknisk produkt, en som innehåller dimetikon, som är en silikonolja. Medicintekniska produkter ska vara CE-märkta, det vill säga uppfyll EU:s säkerhetskrav. Fråga på ett apotek om du är osäker på vad du ska välja.

Behandlingen verkar antingen genom att kväva lössen eller genom att förhindra att lössen gör sig av med vätskan som bildas när de sugit ut blod.

Använd medlet som det står i anvisningen på förpackningen. Skölj sedan ur. För att lättare få bort silikonoljan kan du använda schampo innan du sköljer.

Om du använder lusmedel i form av schampo är det viktigt att du följer bruksanvisningen noga. Vid felanvändning finns risk för sämre effekt på grund av utspädningseffekt.

Om medicintekniska produkter inte hjälper

Om medicintekniska produkter inte hjälper kan du behandla lössen med läkemedlet Tenutex, som du kan köpa receptfritt. Massera in en riklig mängd av medlet i håret, som ska vara helt täckt, och skölj ur efter ett dygn. Det brukar behövas två behandlingar med 8 dagars mellanrum för att bli av med lössen. Det kan fortsätta klia i några dagar efter att du har avslutat behandlingen.

Kan lössen bli resistenta?

Många av huvudlössen har blivit resistenta, det vill säga motståndskraftiga, mot de läkemedel som rekommenderades tidigare. Dessa läkemedel finns inte längre att köpa i Sverige. I Sverige finns få rapporter om misstänkt resistens mot Tenutex.

Troligtvis är risken för att lössen ska bli resistenta mot medicintekniska produkter mycket liten. Därför är det bra att i första hand använda dessa produkter.

Fortsätt kamma håret efter behandlingen

Luskammen är ett bra redskap för att kontrollera att behandlingen fungerar och för att skada löss och ägg.

Fortsätt att luskamma håret noggrant två till tre gånger i veckan under två veckor efter sista behandlingen. Det gör du för att vara säker på att lössen verkligen försvunnit. Personer i omgivningen bör finkamma sig lika länge, för att vara säkra på inte de också har fått löss.

Om du hittar levande löss kan det bero på att du inte följt bruksanvisningen tillräckligt noga, eller att du har fått nya löss. Om du har använt läkemedel kan det bero på att lössen blivit resistenta. Då ska du byta behandling till en medicinteknisk produkt.



Du kan hitta vita, tomma, lusägg i håret långt efter behandlingen. De följer med hårstrået när det växer ut. De kan sitta så hårt att de försvinner först när håret klipps.

Om det är svårt att kamma håret

Om håret är krusigt, krulligt eller tjockt kan det vara svårt att kamma igenom det med en luskam. Prova att kamma en liten tuss i taget. Om det inte går kan du använda en grövre kam eller fingrarna för att fördela håret.

Enbart luskamning av torrt hår med balsam

Du kan försöka bli av med lössen enbart genom att noggrant kamma torrt hår med balsam. Men effekten är sämre än behandling med lusmedel. Det finns dessutom risk för att smitta andra under behandlingstiden.

Du måste kamma håret regelbundet, gärna varje dag, och mycket noga under minst två veckor.

Gör så här:

- Gnid in balsam i torrt hår.
- Börja med att kamma håret med en vanlig kam eller borste för att reda ut tovtigt eller trassligt hår.
- Kamma igenom hela håret, bit för bit, med luskam. Gör det minst två gånger.
- Skölj av kammen varje gång du hittar en lus.
- Skölj ur håret.

Om du har provat olika behandlingar men fortsätter att hitta levande löss kan du kontakta BVC eller en vårdcentral. Du kan alltid ringa och få [sjukvårdsrådgivning på telefonnummer 1177](#)

Med vänlig hälsning
Jeanette Bergkvist, skolsköterska
Mail: jeanette.bergkvist@varingaskolan.se
Mobil: 073-870 03 77

Här kommer lite bilder på hur det kan se ut, kom ihåg att det inte behöver se ut så här. Ibland kanske det bara finns några ägg.

