

Ráðleggingar til foreldra vegna lúsar

Allir geta fengið lús. Lúsasmit er ekki merki um óprífnað.

Lúsín smitast nær eingöngu við beina snertingu. Það er sáralítil hættu á að smitast af umhverfinu en það er möguleiki að smitast af greiðum/burstum og höfuðfötum.

Lús sem dottið hefur úr höfði verður fljótt löskuð og veikburða.

Lúsín er háð hári til að geta hreyft sig úr stað.

Við viljum biðja ykkur að leita að lús hjá barni ykkar og öðru heimilisfólki í dag og næstu tvær vikur, samkvæmt eftirfarandi leiðbeiningum:

1. Skoðið hárið vel undir sterku ljósi, lúsín kann best við sig í hnakka, á hvirfli og aftan við eyru. Eggin/ nitin eru eins og litlir hnúðar á hárinu. Nitin eru oft ljós, dökk eða silfurlit. Lúsín límir þau föst, þess vegna strjúkast þau ekki auðveldlega af hárinu. Það er tiltölulega auðvelt að sjá fullvaxna lús, hún er 2-3 mm að stærð, oft grá, dökk eða ljósbrún. Hins vegar getur verið mjög erfitt að finna þær lýs sem eru nýkomar úr eggjunum, þær eru þínulitlar og hálfgegnsæjar.
2. Notið sérstaka lúsakamba sem fást í lyfjaverslunum. Til eru mismunandi tegundir af kömbum, t.d. sérstakir fyrir þykkt og sítt hár. Greiðið í gegnum hárið. Setjið hárnæringu í þurr hárið og dreifið henni vel um hárið. Byrjið að kamba með kambinum við hársvörðinn og kambið vel út í hárendana, gerið þetta yfir hvítu blaði, spegli eða vaski með vatni. Sé hárið sítt eða þykkt er betra að skipta hárinu upp og kamba hvert svæði fyrir sig. Eftir hverja kembingu í gegn um hárið, er rétt að strjúka af kambinum með eldhúspappír til að tryggja að lús eða nit verði ekki eftir í kambinum.
3. **Ef lús eða nit finnst er það ótvírætt merki um smit og þarfnast meðhöndlunar með sérstöku lúsameðali sem fæst án lyfseðils í lyfjaverslunum.**
 - Tilkynnið lúsasmitið til skólans.
 - Leitið að lús hjá öllum í fjölskyldunni, meðhöndlið **aðeins** þá sem eru með lús.
 - Fylgið leiðbeiningum um meðhöndlun **nákvæmlega**.
 - Setjið lúsameðalið í rakt hárið, forðist að bleyta hárið of mikið, það dregur úr virkni lyfsins.
 - Endurtakið **alltaf** meðferðina með lúsameðalinu eftir 8 daga eða samkvæmt leiðbeiningum.
 - Ráðlagt er að kamba alla í fjölskyldunni daginn eftir meðferð (á 1. degi) til að athuga hvort meðferð hafi tekist. Ef lús finnst þarf að endurtaka meðferð strax.
 - Kamba þarf á fjögurra daga fresti næstu 2 vikur þ.e. á: **1. degi, 5. degi, 9. degi og 13. degi.**
 - Ekki er nauðsynlegt að þrifa heimili eða fatnað sérstaklega.
 - Ráðlegt er að meðhöndla burstu, greiður, kamba, hárskraut og húfur vegna möguleika á smiti.
 - Hella skal sjóðandi vatni yfir og láta liggja í bleyti í 10-15 mín. eða frysta í 4-6 klst.

Ef þið þurfið nánari upplýsingar, vinsamlega hafið samband við skólahjúkrunarfræðing.

Heimildir : Kim S. Larsen M.Sc & Ph.D.

Ása St. Atladóttir hjúkrunarfr. hjá Landlæknisembættinu

Bestu kveðjur
Skólahjúkrunarfræðingur