

Beste ouder,

Een luizenbesmetting is niet leuk maar zeker niet levensbedreigend . Luizen hebben is momenteel nog voor vele ouders taboe en staat symbool voor “mijn kind is niet hygiënisch”. Dit is echter volkomen onwaar, luizen komen ook voor bij kinderen waar er ook een goeie hygiëne is. Willen we echter de besmetting bestrijden zal er wel van ouders enige inspanningen gevraagd worden.

Wat is een luis?

WAT  
IS EEN  
LUIS



Een hoofdluis is een klein insect dat leeft tussen de haren van de mens. Een luis heeft zes poten en is grijswit tot bruin van kleur. Hoofdluizen zitten bij voorkeur op warme, vochtige en donkere plaatsen, zoals achter de oren of in de nek. Ze klampen zich met hun pootjes stevig vast aan de haren.

Een luis voedt zich verschillende keren per dag door het zuigen van kleine hoeveelheden bloed doorheen de hoofdhuid. Tijdens het voeden komt er speeksel van de luis vrij, wat jeuk kan veroorzaken. Zonder bloedmaaltijden sterft een luis na ongeveer 2 dagen.

De levenscyclus van een luis bestaat uit 3 stadia: larve, nimf en luis. De eitjes van een luis (dit zijn de larven in een omhulsel: de neet) zijn ovaalvormig en ongeveer 0,8 mm groot. Vrouwelijke luizen leggen tot 8 eitjes per dag. Ze plakken hun eitjes net boven de hoofdhuid stevig vast op een haarschacht. Uit die neten komen na 8 à 10 dagen nimfen. De lege neten blijven achter op de haarschacht. Nimfen zien eruit als volwassen luizen, maar ze zijn kleiner. De nimfen groeien vervolgens uit tot volwassen luizen. Op je hoofdhuid kunnen luizen tot 30 dagen overleven. Daarbuiten sterven ze snel.

HOE  
KRIJG JE  
LUIZEN

Hoofdluizen komen zeer frequent voor. Iedereen kan luizen krijgen. Het krijgen van hoofdluizen heeft niets met hygiëne te maken: luizen krijg je door direct hoofdcontact !

- Luizen kunnen alleen kruipen, ze kunnen niet vliegen, zwemmen of springen.
- Ze verplaatsen zich vooral van het ene hoofd naar het andere hoofd door direct hoofdcontact. Een luis beweegt met een snelheid van 30 cm/min. Omdat kinderen tijdens het spelen vaker hoofdcontact hebben, zijn zij het vaakst het slachtoffer van een besmetting. Ook huisgenoten van een besmet kind hebben meer kans op luizen.
- Luizen kunnen ook overgedragen worden door het gemeenschappelijk gebruik van bijvoorbeeld haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddekseis, handdoeken, bedlinnen of knuffels. Luizen kunnen ook overgaan via kleding als die dicht bij elkaar hangt, bijvoorbeeld aan een kapstok.
- Dieren (honden, katten, konijnen) hebben geen luizen, besmettingen kunnen dan ook niet via dieren gebeuren.
- Een luis heeft een mensenlichaam nodig, zitten er luizen op bijvoorbeeld een zetel, kledij, kam, handdoek.... Dan sterven deze luizen na maximum 36u. Een luis kan niet langer dan 36u zonder mens.
- Aangezien de luis geen 36 u zonder de mens kan, is elke school na een schoolvakantie luizenvrij.

Een school is luizenvrij na elke vakantie. Echter kinderen gaan naar de sportclub, de jeugdbeweging, op bezoek bij familie,..... en worden daar besmet met luizen. De dag nadien komt het kind op school, speelt met de andere kinderen en maakt hoofdcontact waardoor de andere kinderen besmet worden. De leerkrachten kunnen dagelijks, noch wekelijks alle kinderen controleren. Het is daarom van groot belang dat u als ouder wekelijks (vb vrijdag) uw kind controleert op hoofdluizen. Mocht u luizen vinden dan kan u in het weekend een behandeling starten en maandag de school op de hoogte brengen. Geeft uw kind aan dat hij/zij overdreven last van jeuk heeft, controleer dan zeker op hoofdluizen.

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat besmetting via mutsen, sjaals, jassen zeer gering is. Langs deze weg gebeurt de besmetting via haar dat in de muts blijft hangen en op deze manier in een andere muts geraakt. Maar je neemt beter het zekere voor het onzekere en je kan de kledij

wassen op 60°, lang programma. Zaken die niet kunnen gewassen worden kan je in de diepvries stoppen (-18°C) gedurende 24u, of in een plastic zak stoppen, hermetisch afsluiten en minimum 14 dagen laten inzitten. Op deze manier zijn ook de pas uitgekomen neten ten dode opgeschreven.

## Luizen opsporen

Om met zekerheid vast te stellen of iemand besmet is met hoofdluizen, is het belangrijk dat je levende luizen vindt. Dat is geen gemakkelijke opdracht: luizen zijn vaak moeilijk te zien, ze verplaatsen zich zeer snel naar donkere plaatsen.

Luizen kun je het gemakkelijkst opsporen met de **nat-kam-test**. Daarvoor heb je het volgende nodig:

- shampoo
- crèmespoeling (conditioner)
- wit keukenpapier of een servet
- een luizenkam. Een goede luizenkam heeft fijne tanden die 0,2 tot 0,3 mm uit elkaar staan. De doorsnede van de tanden moet hoekig zijn, bijvoorbeeld ruitvormig of rechthoekig.

### Nat-kamtest

1. Was de haren met een gewone shampoo.
2. Spoel de shampoo uit de haren, maar droog de haren niet af.
3. Breng overvloedig conditioner aan op de natte haren.
4. Kam de knopen uit de haren met een gewone kam.
5. Buig nu voorover en kam de haren systematisch met een luizenkam van achter naar voor, dus van de nek naar het voorhoofd. Begin aan het ene oor en schuif na elke kambeweging op naar het andere oor. Kijk vooral goed achter de oren en in de nek. Druk de luizenkam goed tegen de hoofdhuid aan.
6. Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier om te kijken of er luizen aanwezig zijn. Als dat nodig is, kun je de luizen met een tandenstoker uit de kam halen.
7. Spoel de conditioner uit de haren, maar droog de haren niet af.
8. Kam de haren nu met een gewone kam weer naar achter.
9. Kam de haren een tweede keer systematisch met de luizenkam, deze keer van voor naar achter en opnieuw van het ene oor naar het andere.
10. Veeg de luizenkam opnieuw na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier.

Als je kind luizen heeft, controleer dan alle huisgenoten met de nat-kam-test. Alle huisgenoten met luizen moeten gelijktijdig behandeld worden. Anders is de kans groot dat ze elkaar opnieuw besmetten.



Neten zitten steeds tegen de hoofdhuid aan en plakken er als het ware aan vast. Neten vind je vooral terug achter de oren, de pony en in de nek. Hebben de neten een bruine kleur, dan zit er nog een nimf in. Is de neet wit van kleur dan wil dit zeggen dat de nimf reeds uit de neet is. De witte neet zal in het haar blijven plakken. Soms bij een hardnekkige besmetting zullen de neten er moeten uitgroeien.

## Luizen behandelen

Het is erg belangrijk om iedereen met luizen gelijktijdig te behandelen. Er zijn verschillende behandelingsmethoden, maar helaas werkt geen enkel product altijd en bij iedereen. Er worden ook producten en apparaten verkocht waarvan de werkzaamheid niet genoeg werd aangetoond. De behandelingsmethoden die goed werken lees je hieronder.

### De nat-kammethode

Voor de nat-kam-methode volg je dezelfde 10 stappen als bij de nat-kam-test. Je moet de nat-kam-methode om de 3 dagen gedurende 2 weken toepassen. Als je bij de laatste kambeurt nog luizen vindt, moet je de behandeling voortzetten.

### Hoofdluismiddelen

Koop een hoofdluismiddel altijd bij een apotheker en vraag voldoende uitleg over het gebruik van het product.

De volgende hoofdluismiddelen zijn doeltreffend. Je kunt ze bij je apotheek krijgen:

- Insecticiden:
  - malathion 0,5 % lotion
  - permethrine 1 % lotion
  - depallethrine 0,66 % + piperonylbutoxide 2,64 % spray
- Dimeticone 4 %

**Opgelet!** Hoofdluismiddelen kunnen nevenwerkingen veroorzaken, zoals jeuk en irritatie van de hoofdhuid. Vermijd contact met de ogen en de slijmvliezen. Gebruik deze middelen niet bij kinderen jonger dan 6 maanden, bij zwangere vrouwen of bij vrouwen die borstvoeding geven. Gebruik deze middelen niet in de buurt van een warmtebron zoals een haardroger.

Gebruik het hoofdluismiddel eenmalig en kijk een week later met de nat-kam-test of er nog luizen zijn. Herhaal de behandeling als je na een week nog levende luizen vindt. Als je kiest voor een hoofdluismiddel is het belangrijk dat je hetzelfde middel gebruikt, anders kunnen de luizen gewend geraken aan dit middel waardoor het niet meer werkt. Enkel als je na een tweede toepassing van

hetzelfde hoofdluismiddel nog steeds levende luizen vindt, kun je overschakelen op een andere behandelingsmethode.

Sommige producten behandelen alleen luizen, andere luizen en neten, vraag uitleg aan je arts of apotheker.

### **Behandel alle gezinsleden met luizen gelijktijdig.**

Bij hardnekkige aanwezigheid van luizen kan desinfectie zinvol zijn om een herbesmetting te vermijden. Was kledij, handdoeken, beddengoed en knuffels op 60 °C en herhaal dit na een week. Materialen die niet in de wasmachine mogen kun je ook gedurende 48 uur buiten luchten, gedurende 24 uur in de diepvriezer plaatsen op -18 °C of gedurende twee weken in een afgesloten plastic zak bewaren.

## **Luizen voorkomen**



Het is heel moeilijk om besmetting met luizen te voorkomen. Je kunt wel de volgende gewoonten aannemen.

- › Vermijd zo veel mogelijk hoofd-hoofdcontact.
- › Vermijd het gemeenschappelijk gebruik van haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels.

Vermijd overvolle kapstokken: jassen hangen het best ongeveer 15 cm uit elkaar.

Gebruik nooit hoofdluismiddelen om luizen te voorkomen. Dat heeft geen enkel nut en het verhoogt de kans dat de luizen wennen aan het middel, zodat het niet meer werkt. De haren overvloedig wassen heeft evenmin zin.

## **Aandachtspunten**



De aanwezigheid van luizen is niet schadelijk. Kinderen met luizen moeten dan ook nooit thuisblijven van school.

Als je kind luizen heeft, is het belangrijk dat je de school zo snel mogelijk daarvan op de hoogte brengt. Die kunnen dan de nodige maatregelen nemen om verdere verspreiding te helpen voorkomen.

Als je kind luizen heeft, controleer dan alle huisgenoten met de nat-kam-test. Alle huisgenoten met luizen moeten gelijktijdig behandeld worden. Anders is de kans groot dat ze elkaar opnieuw besmetten.

**Gebruik nooit hoofdluismiddelen als er geen luizen werden vastgesteld. Hoofdluismiddelen helpen niet om besmetting met luizen te voorkomen.**

Nog enkele interessante links:

[www.stopluizen.be](http://www.stopluizen.be)

[www.zorg-en-gezondheid.be](http://www.zorg-en-gezondheid.be)

Deze infobrief kan je online raadplegen via [www.gemeenteschoolbaasrode.be/](http://www.gemeenteschoolbaasrode.be/)