



# Hovudlus

**Hovudlus** Alle med hår på hovudet kan få hovudlus, uansett alder og hårtype. Lusene syg blod, og bita gir kløe. Det kan ta mange veker frå ein er smitta med lus til kløen startar. Å få hovudlus har inga samanheng med dårleg hygiene, og lusa kan ikkje vaskast bort med vanleg sjampo.

## Korleis oppdage hovudlus?

- Legg eit kvitt handkle over skuldra på han eller ho som skal sjekkast.
- Fuktig hår gjer det vanskelegare for lusa å bevege seg.
- Kjem heile håret systematisk med ein fintanna kam.
- Sjekk både handkle og kam for lus og egg.
- Sjekk barn jamleg for hovudlus, minst ein gong i månaden.

## Korleis bli kvitt hovudlus?

Hovudlus kan behandlast med lusemiddel, ved kjemming eller ved å barbere håret på hovudet kortare enn 0,5 cm. Dersom fleire i familien eller omgangskrisen har lus, skal alle behandlast samtidig for å hindre gjensmitte.

### Lusemiddel:

Lusemiddel skal påførast hår og hovudbotn.

Midla inneheld stoff som drep lus. Enkelte lusemiddel er meir effektive enn andre.

Middel som inneheld verkestoffa malation eller dimetikon, ser ut til å ha god effekt.

Produkt med permetrin vil ofte ha dårleg effekt, fordi mange lus er blitt resistente mot stoffet i Noreg. Middel med planteoljer kan ha ein effekt, men det er gjort få vitskaplege testar på dette.

Følg instruksjonane på produktet nøye. Enkelte lusemiddel skal ikkje brukast av små barn eller gravide. Hugs at det berre er dei som har lus, som skal behandlast, sidan det alltid er ein liten fare for biverknader.

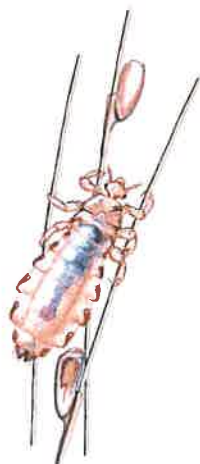
### Kjemming:

Kjemming med lusekam må gjerast systematisk og grundig kvar dag i minst åtte dagar, og deretter éin gong i veka i tre veker. Ved kjemming skal håret vere vått. Plasser eit handkle over skuldrene for å fange opp lus og egg som fell ned. Etterpå må både handkle og kam vaskast ved 60 °C eller frysast ned i minst fire timar for å drepe lus og egg.



For å finne lus i langt hår er det lurt å dele håret i 3-6 hestehalar og kjemme ein hestehale om gongen.

FOTO: LENE SOLBAKKEN



Luseegga er godt festa til hårstråa.

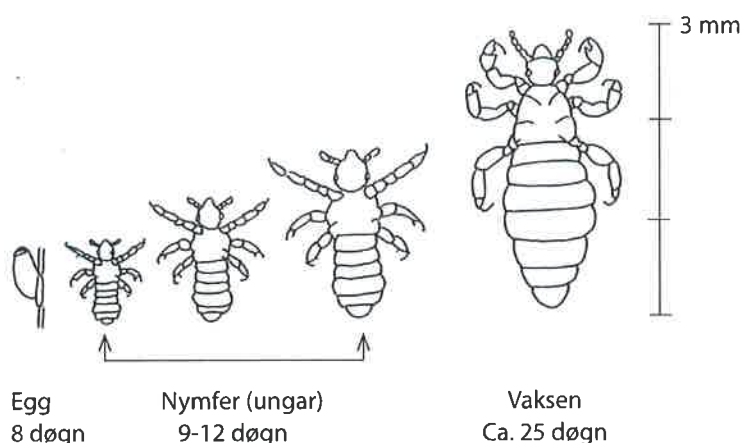
ILL.: HALLVARD ELVEN

>>



**Korleis smittar hovudlus?** Hovudlus kan korkje hoppe eller fly, men kryp frå hovud til hovud ved nærkontakt. Det er svært liten sjanse for spreiring av lus via puter, møbel, kosedyr og klede. Det vert likevel anbefalt å ikkje låne hovudplagg, børstar, kammar, hårpynt og anna av nokon som har lus. Eit lusetilfelle er sjeldan isolert. Utan behandling kan familie og nære venner smitte kvarandre fleire gonger.

**Lus i barnehagar og på skular** Dersom det blir oppdaga hovudlus hos barn i barnehagen eller på skulen, er det ikkje nødvendig å sende barnet heim. Sannsynlegvis har barnet hatt lus i lang tid, så nokre timar frå eller til har ingenting å seie. Barnet kan halde fram i barnehagen eller på skulen som vanleg, men bør byrje på lusekur så fort som råd. Barnehage/skule og vennar bør få beskjed om at eit barn i nærmiljøet har hovudlus, slik at alle kan sjekkast for å unngå gjensmitte.



*Ei vaksen hovudlus er ca. 3 mm.*

ILL: PREBEN PTTESSEN

Hovudlus kan ikkje hoppe eller fly, men kryp frå hovud til hovud ved nærkontakt.

Omgangskrinsen bør bli informert når eit barn har hovudlus.