LA VÉRITÉ SUR LES POUX

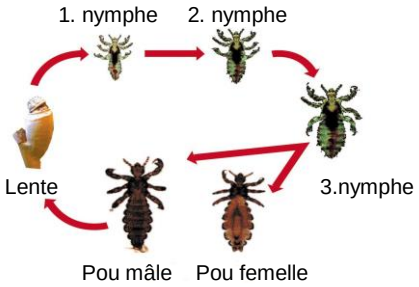
- Les poux sont depuis toujours un problème pour l'être humain.
- Les poux (Pediculus capitis) vivent dans les cheveux près du cuir chevelu.
- Les poux se sentent le plus à l'aise dans la zone en forme de T allant du cou vers le haut de la tête et vers les tempes.
- Le sang humain représente la seule source d'alimentation des poux.
- Un pou adulte a besoin de sang deux fois par jour afin de pouvoir se reproduire.

-Les poux sont de petits insectes sans ailes qui ne peuvent ni sauter ni voler.
-Les poux adultes sont petits : 2 à 3 mm de long et de couleur quasi translucide à noire.
-Les poux possèdent 3 paires de pattes avec des crochets spécialement destinés à grimper et à se fixer sur les cheveux.
-Les poux bougent extrêmement vite dans des cheveux secs.
-Ils sont quasiment impossibles à voir sans l'utilisation d'un peigne à poux.

Tout le monde peut être infecté !

-Les poux se développent chez toutes sortes de gens, quelle que soit leur couleur de peau, de cheveux ou religion.
-Si vous avez des cheveux et un cuir chevelu permettant d'offrir un repas de sang, alors vous êtes le candidat parfait pour transmettre les gènes du pou.
-L'infection des poux se fait par le contact de la tête/des cheveux.
-Dans la plupart des cas, ce sont les enfants entre 3 et 12 ans qui sont infectés par ces insectes.
-Les poux des humains ne vivent pas sur les animaux domestiques.

- Un poux femelle adulte peut pondre jusqu'à 8 œufs (lentes) par jour.
- Après l'accouplement, elle peut pondre 56 œufs (lentes).
- La taille des lentes est de 0,3 x 0,8 mm (ils ressemblent à des petits grains de sable).
- Les poux femelles peuvent attacher leurs lentes aux cheveux en utilisant une sécrétion et ainsi, les lentes sont « collés » aux cheveux.
- Les lentes sont posés à quelques centimètres du cuir chevelu et éclosent après 6 à 8 jours.
- Il y a environ 3 semaines entre le moment où l'œuf est pondu et le moment où le pou peut pondre des lentes à son tour.
- La durée de vie normale d'un pou est de 6 semaines.
- Les poux qui tombent des cheveux d'eux-mêmes, sont souvent en train de mourir.



Comment repérer les poux ?

Le plus facile pour repérer les poux est de peigner les cheveux avec un peigne à poux tout en ayant la tête penchée en avant au-dessus d'une serviette blanche.
Peignez les cheveux secs. Penchez la tête au-dessus d'un lavabo, d'une baignoire et d'une serviette ou autre. Les poux se développent le mieux là où il fait noir et chaud et vous pouvez atteindre cet endroit en penchant la tête en avant lorsque vous peignez les cheveux. Si une des petites « particules » bouge, vous pouvez être certain qu'il s'agit d'un pou.

Quelques conseils et astuces simples sur les poux.

Que peut-on faire en prévention des poux ?

- Prenez le temps de régulièrement peigner les cheveux avec un peigne à poux. N'oubliez pas de peigner toute la famille ! Plus le problème est découvert tôt, plus vous en serez débarrassé rapidement.
- Participez aux week-ends anti-poux des semaines 10 et 35 et encouragez toutes les personnes que vous connaissez à en faire autant.
- Soyez minutieux en peignant. Les poux et leurs lentes sont extrêmement petits et difficiles à voir.
- N'utilisez pas les bonnets, peignes ou brosses des autres.
- N'utilisez pas de produits chimiques en guise de prévention car cela peut rendre les poux résistants aux médicaments.
- Il est conseillé que les enfants ayant les cheveux longs les attachent.

Que faire si je suis infecté ?

- Peignez tous les membres de la famille pour voir si d'autres sont infectés.
- Traitez toutes les personnes infectées de la famille simultanément.
- Suivez soigneusement les instructions des médicaments.
- Il est important d'interrompre le cycle de vie du pou aussi tôt que possible. Choisissez par conséquent la méthode de traitement qui vous convient le mieux et qui vous assurera de vous débarrasser efficacement des poux.
- Si vous trouvez de nombreux restes de lentes, vous avez été infecté pendant longtemps. Cependant, si vous trouvez de nombreuses lentes, vous avez été infecté récemment.
- Continuez à utiliser le peigne à poux pendant 10 à 14 jours après vous être débarrassé des poux. Ensuite, vous pouvez être sûr que vous avez utilisé une méthode efficace pour traiter les poux.
- Peignez régulièrement en guise de prévention.
- Stérilisez le peigne ou la brosse en la faisant bouiller ou en la congelant afin de ne pas infecter le reste de la famille.
- Essayez de trouver la source de l'infection. Informez les autres parents que vous avez été infecté afin qu'ils puissent eux aussi vérifier les membres de leur famille. Sinon, le risque d'infection augmente. Le fait d'avoir des poux n'est pas une chose dont il faut avoir honte. L'on n'est pas infecté par manque d'hygiène : en réalité, les poux se développent le mieux dans les cheveux propres.
- Lavez les draps de lit à 60 °C. Les bonnets, peluches et coussins de canapé peuvent¨être mis une nuit au congélateur ou 5 minutes dans le sèche-linge à 60 °C.
- **Ce n'est pas embarrassant d'avoir des poux, mais c'est embarrassant de ne rien y faire !**

L'infection des poux se fait par le contact de la tête/des cheveux.

Ne vous grattez plus, achetez infect.

PARTICIPEZ AUX WEEK-ENDS ANTI-POUX DES

SEMAINES 10 ET 35.

NOUS AIMERIONS AIDER TOUT LE MONDE :

LUSFRI NORGE

Fransk

LES POUX

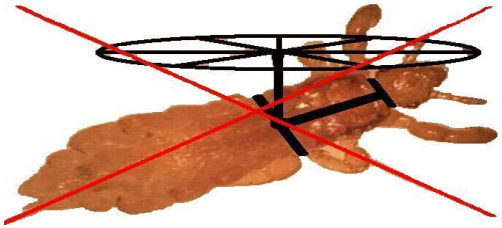
NE PEUVENT

NI

SAUTER

NI

VOLER!



BROCHURE SUR LES POUX PAR

LUSFRI NORGE

- ORGANISATION BÉNÉVOLE

www.lusfrinorge.no