

Aksjon mot hovudlus

Folkehelseinstituttet oppmodar alle skular og barnehagar i landet til å ta del i nasjonale, halvårlege aksjonar mot hovudlus som arrangeres kvart år i veke 10 og 35. Skulen vår skal delta i veke 10, helga 11.-12. mars.

Målsetjinga for aksjonen er at alle skuleelevar og barnehagebarn i landet skal undersøkjast for hovudlus. Det er svært viktig at alle på skulen deltek. I tillegg til skuleelevane og dei tilsette bør òg dei andre familiemedlemmene sjekkast for hovudlus i aksjonsperioden. Då vil risikoen for gjensmitte og talet på tilfelle av hovudlus over tid blir kraftig redusert. Dersom ein oppdagar hovudlus, er det ikkje naudsynt å halde barnet borte frå skulen, men behandlinga bør kome i gong raskast mogeleg.

Hovudlus oppdagar ein ved å kjemme håret med ein lusekam (kan kjøpast på apoteket). Det er viktig at ein kjemmer håret i heile lengda, og at ein startar heilt inst ved hovudbotnen. Folkehelseinstituttet tilrår kjemming i vått hår. I vått hår er det vanskelegare for lusene å røre på seg. Ein kan tilsetje balsam for å gjere det lettare å kjemme håret. Tørk kammen med tørkepapir eller handkle etter kvart drag, og sjå etter lus. Når lusene har tørka, vil dei begynne å røre på seg. Enkelte vil heller kjemme i tørt hår. Personen som blir kjemd, bør då stå bøygd over eit kvitt handkle eller liknande, slik at ein oppdagar lus som fell ned frå håret. Det viktigaste er likevel at ein kjemmer.

Dersom ein oppdagar hovudlus, er det fleire behandlingar som kan gjennomførast for å få bukt med problemet. Ein kan 1) behandle med lusemiddel (kan kjøpast på apoteket), 2) kjemme hyppig (dagleg i 14 dagar), eller 3) klippe håret kortare enn 0,5 cm. Når ein nyttar lusemiddel, er det viktig å følge pakningsvedlegget nøye.

Hovudlus er ikkje farleg, men det er brytsamt for den som blir råka. Hovudlus smittar ved hovud-til-hovud-kontakt og kan råke alle, uavhengig av alder, hårtype osv. Lus blir raskt svekte når dei er borte frå hovudet. Det er difor ikkje naudsynt å vaske hus, møblar, puter osv.



(Foto: Preben Ottesen, FHI)

Vi håpar at alle som har barn på skulen vår støttar opp om aksjonen, slik at vi i fellesskap kan redusere luseplaga på skulen i framtida. Resultat frå forskning viser at det viktigaste tiltaket for å redusere talet på tilfelle av hovudlus, er å sjekke ofte. Utover aksjonsperioden bør ein kjemme barna minst ein gong i månaden, gjerne kvar veke.

Les meir om lus på www.fhi.no/lus