



Hodelus
(Illustrasjon:
Hallvard Elven)

Vanlig stilte spørsmål om hodelus

Helsesøstre, leger, barnehager og skoler med kommentarer og forslag til andre relevante og ofte stilte spørsmål, kan sende dette til skadedyr@fhi.no

Lus på skolen/i barnehagen

Må barnet sendes hjem fra skole/barnehage hvis det oppdages at barnet har lus?

Nei, det er ikke nødvendig å sende barnet hjem da det trolig har hatt lus i lang tid. Flett gjerne håret eller benytt et skaut lue eller annet tettsittende hodeplagg for å redusere smittefaren.

Når kan barnet begynne på skolen/barnehagen igjen?

Barnet skal begynne på lusekur (se under behandling om anbefalt lusekur) så fort som mulig. Dagen etter den første kuren kan barnet sendes til barnehage/skole.

Må skolen/barnehagen stenge?

Nei, det er ikke nødvendig å gi undervisningsfri for berørte klasser eller stenge avdelinger i barnehagen. Kroppsøvings- og svømmetimen kan også gå som normalt.

Skal helsesøster sjekke og behandle alle på skolen for lus?

Nei, det er foreldrenes ansvar å sjekke og behandle barna for lus. Helsesøster skal være tilgjengelig for råd og veiledning. Hun kan eventuelt hjelpe til med behandling hvis de pårørende ikke viser vilje til å bli kvitt hodelusa.

Hva bør skolen/barnehagen gi av informasjon til hjemmet?

Det er lurt å dele ut et faktaark om hodelus og behandling til den berørte klassen/avdelingen eller hele skolen/barnehagen. Barna bør også informeres om hvordan lus smitter. Identiteten til de barna som har hodelus skal ikke oppgis av skolen/barnehagen!

Har foreldre plikt til å opplyse om at barnet er smittet av lus?

Det er i alles interesse at skolen/barnehagen og foreldre til fritidsvenner får vite når et barn har hodelus. Sannsynligvis er også noen av vennene smittet, og barnet kan raskt bli smittet på nytt etter at det har tatt lusekur.

Hvordan smitter hodelus?

Hvordan smitter hodelus?

Hodelus smitter ved hode- til hodekontakt, for eksempel ved at barna lener hodene inntil hverandre, gir hverandre en klem eller hvisker hverandre ting i øret.

Kan lus smitte via tøy som henger nært inntil hverandre, som i garderoben i gymsalen eller klesknaggene ved klasserom/barnehagegarderobe?

Nei, hodelusa beveger seg svært dårlig utenfor håret fordi dens føtter er tilpasset for å bevege seg i hår. Uten næring og den beskyttelsen som hodebunnen gir, vil lusa dessuten bli svekket etter noen timer.

I hvilken aldersgruppe er hodelus mest vanlig?

Hodelus er vanligst hos barn mellom 4 og 12 år. Smittetoppen er hos ni år gamle jenter, men alle kan få lus.

Er det lettere å få lus i langt hår?

Alle med hår – langt eller kort, slett eller krøllete, kan få hodelus. Personer med langt hår har oftere hodelus enn andre. I hår kortere enn 0,5 cm kan ikke hodelus overleve.

Jeg har hørt at noen lettere får myggestikk enn andre på grunn av bl.a. hårtype og blodtype. Gjelder det samme for hodelus? Får noen lettere hodelus enn andre?

Det er vitenskapelig bevist at noen tiltrekker seg mygg mer enn andre. Når det gjelder hodelus er man usikre. Det man vet er at sjansen for å få hodelus øker med antall hoder man har nærkontakt med.

Kan kjæledyr bli smittet med lus?

Nei, hodelus går bare på mennesker. Kjæledyr kan verken bære eller overføre hodelus.

Kan hodelus fly, svømme eller hoppe?

Nei, det kan de ikke. Hodelus beveger seg svært dårlig utenfor håret, siden de har krummede føtter og klør som er lagd spesielt til å kripe langs og mellom hårstrå med. De kan holde seg flytende i vann, men ikke svømme.

Kan lus smitte i svømmebasseng?

Nei, forsøk viser at lusa straks den blir våt klamrer seg fast til hårstråene, og at den går inn i en urørlig tilstand der den ikke vil smitte mellom hoder. Friske lus vil ikke slippe taket, så lus vil ikke drive rundt i bassenget.

Kan hodelus smitte via klær og møbler?

Lus man eventuelt ser på stoler, puter o.l. er døde, syke, gamle eller lusehuder. Det er lite sannsynlig at disse går på nye hoder. Hodelusa er dessuten avhengig av å suge blod fra hodebunnen for å overleve, og vil ikke kunne overleve mer enn ett døgn uten næring. I tillegg beveger lus seg svært dårlig utenfor håret. Sannsynligheten for smitte gjennom hodeplagg er likevel tilstede, og vi anbefaler å være forsiktig med å låne hodeplagg av en som har lus.

Har hodelus sammenheng med dårlig personlig hygiene?

Det er ikke større sannsynlighet for å få hodelus i ustelt hår enn i nyvasket og kjemmet hår. Lusa overlever vanlig hårvask og kan faktisk overleve under vann i flere timer. Regelmessig sjekk med lusekam anbefales for alle.

Er hodelus også på andre kroppshår?

Hodelus lever nesten utelukkende i hodehår. Bare i tilfeller med ekstra stor lusebestand kan lusa finnes i hår andre steder på kroppen.

Kan hodelus overføre sykdommer?

Nei, men hodelus kan føre til irritasjon i hodebunn. Gjentatt kløe kan føre til infeksjon av småsår i hodebunnen.

Hvilke andre lusetyper kan vi ha på kroppen?

Det finnes lus som går på kroppshår (kroppslus), men disse er sjeldne i Norge. Flatlus går på kjønnsår, andre kroppshår, øyevipper og øyebryn, og forekommer stort sett bare hos seksuelt

aktive voksne personer. Flatlusa er meget sjelden i Norge. Lus fra dyr kan komme over på mennesker, men overlever bare i svært kort tid.

Er jeg smittet av lus?

Hvordan sjekker man for lus?

Man benytter en lusekam når man sjekker for hodelus. Alternativt kan man benytte et hjelpemiddel som kalles ”Lusesnapper”. Dette er et munnstykke bestående av en kam og et oppsamlingsfilter, som man fester på støvsugerslangen (se www.lusesnapperen.dk for mer informasjon) Greing med lusekam kan utføres i fuktig eller tørt hår. Vi anbefaler å fukte håret fordi dette hemmer lusenes bevegelse, slik at de ikke vil kunne smette fra ugredd hår og inn i allerede gredde deler av håret, og således hindre at vi får øye på dem. Noen foretrekker å utføre lusesjekken i tørt hår. I tørt hår beveger lusene seg, og de kan derfor være lettere å få øye på, i hvert fall hvis de er mange. Det viktigste er at man sjekker for hodelus uansett om man grer i vått eller tørt hår. Legg et hvitt håndkle over skuldrene når du kjemmer, og sjekk både håndkleet og kammen for lus og egg. Hvis du grer i vått hår kan du tørke kammen av på et papir. Eventuelle lus vil da tørke i løpet av et par minutter, og man vil se at de beveger seg. En grundig sjekk tar minst 15 minutter.

Jeg klør i hodebunnen – kan det være lus?

Det er mange andre problemer enn lus som kan føre til kløe i hodebunnen. Flass er for eksempel et typisk problem som kan føre til kløe. Merker man at det drysser hvite flak fra hodebunnen ved kjemming er problemet flass og ikke hodelus. En vil aldri oppleve at hodelus drysser fra håret.

Hvis det ikke klør i hodet, da har jeg vel ikke lus?

Man kan ha hodelus selv om hodebunnen ikke klør, fordi det ofte kan ta lang tid fra man blir smittet av hodelus til det oppstår en irritasjon av hodebunnen. Likeledes kan man klø i hodebunnen lenge etter at man er kvitt lusa fordi reaksjonen på lusebittene sitter i.

Jeg trodde luseegg var dråpeformet, men så viser det seg at de ikke alltid er det. Det kan også se ut som en slags prikk som sitter fast i hårstrået, og da er vel egget ganske lite enda! Hvordan kan jeg være trygg på at alt av egg oppdages?

Egg forandrer ikke størrelse, de er 0,8 mm lange, og alle uklekte egg ser like ut. Egg som er klekket eller drept av lusemidler vil gradvis slites av håret. Egg er godt festet til hårstråene og skilles derfor lett fra flass som er løst.

Jeg trodde det var mest vanlig at luseegg sitter i nakken og bak ørene, men har kun funnet luseegg oppå hodet (i skillen og bakover). Er dette tilfelle?

Ja, det er vanlig at lusa liker seg fra skillen og nedover i nakken og bak ørene. Lus kan man imidlertid finne hvor som helst i håret.

En historie fra en mor med to døtre: ”Jeg skulle sjekke dotrene mine på 4 og 8 år for lus med en lusekam. Siden 4-åringen leker mye i sandkassen tenkte jeg ikke noe videre over at jeg så sorte små sandkorn i hodebunnen ... Etter anbefalinger om å gå til innkjøp av forstørrelsesglass/lupe, gjorde jeg det. Overraskelsen var stor da jeg brukte lupen oppi hodebunnen til 4-åringen! Det var ikke små sorte sandkorn, men lus som krøp! Derfor oppfordres alle som har barn til å gå til anskaffelse av forstørrelsesglass/lupe! Dette er også til god hjelp for å se etter luseegg.

Enig! Forstørrelsesglass er også til god hjelp for å se om ”rusk” gredd ut av håret er hodelus. Lus som er gredd ut av vått hår ligger urørlige noen minutter før de tørker.

Behandling av lus

Må hele familien og venner behandles med lusemiddel?

Nei, bare de som får påvist levende hodelus skal behandles. Det er lurt å sjekke jevnlig for lus hvis du har en med lus i din nære omgangskrets. Dette gjør du lettest ved å gre med en fintagget kam i vått hår. Ha et lyst håndkle over skuldrene mens du grer, da er det lettere å oppdage lus som faller av under kjemmingen.

Skal man behandles om man bare finner egg og ingen levende lus i håret?

Nei, ikke hvis man har tatt lusekur tidligere. Man kan finne rester av tomme og døde egg lenge etter at man er blitt kvitt hodelusene. Ser man egg nær hodebunnen lenge etter at man har tatt lusekur eller aldri har tatt lusekur, har man mest sannsynlig lus. Lusene kan være vanskelige å oppdage. Gre systematisk med lusekam.

Kan lusene forsvinne av seg selv?

Lus forsvinner normalt ikke av seg selv. En ensom hannlus eller en ensom hunn lus som ikke har rukket å pare seg, vil dø etter en tid. Hunnlusa vil kunne legge egg, men disse er uten foster.

Hjelper det å klippe håret kort?

Hodelus liker seg også i kort hår. Unntaket er hvis en klipper håret kortere enn 0,5 cm, da vil lusa trives dårlig. Spesielt til de helt yngste barna kan klipping av håret til mindre enn 0,5 cm være et behandlingsalternativ. Det kan også være lettere å finne lus og holde oversikten i kort hår.

Må vi vaske hele huset?

Det er ikke nødvendig å vaske og støvsuge huset. Man skal heller ikke spraye huset med insektmiddel. Det kan likevel være lurt å vaske sengetøyet, siden det kan være gamle lus, rester av gammel hud og avføring fra lusa på det. Hodeplagg, børster og kammer kan puttes i fryseren i fire timer.

Hvor lenge overlever hodelus?

Hodelusas eneste næringskilde er blod fra hodebunnen. Uten beskyttelsen og næringen som hodebunnen gir, overlever hodelus i opptil to døgn ved romtemperatur. Lusene vil være sterkt svekket etter mye kortere tid.

Er kjemming alene nok til å bli kvitt hodelus?

Det er mulig å bekjempe hodelus ved kjemming med en fintagget kam (f.eks. lusekam) eller et spesiallaget munnstykke til støvsugeren med kam og filter (Lusesnapper). Kjemming er imidlertid svært tidkrevende og vanskelig fordi lusa kan flytte seg fra et område man ikke har kjemmet til et område som nettopp er kjemmet. Kjemming er et utmerket supplement til kjemisk behandling.

Hjelper badstue mot lus?

Nei. Temperaturen i hodebunnen stiger bare et par grader ved opphold i badstue og det er ikke nok til å drepe lus.

Hjelper dykking eller bading i basseng med klor?

Nei. Hodelus som sitter i håret tåler å være under vann i lang tid og de tåler også klor- og saltvann.

Hvilke lusemidler blir anbefalt?

Legemiddelverket anbefaler bruk av linimentene Malation og Prioderm som behandling mot lus.

Ved lusesmitte hos gravide, ammende og barn under to år bør en rådføre seg med lege. Det anbefalte midlet til denne gruppen er Nix sjampo. Malation og Prioderm har malation som virkestoff og Nix har permetrin.

Hvordan skal lusekuren utføres?

Følg bruksanvisningen nøye og bruk lusekam i tillegg. Det er viktig å kontrollere håret daglig i tre uker etter siste behandling. Selv om noen lus skulle være resistente, vil lusemidlet vanligvis lamme dem en stund. Mens de er lammet kan lusene kammes ut av håret.

Jeg har gjennomført behandlingen, men ser fortsatt egg i håret

Eggene, eller rester av eggene, sitter godt festet til hårstråene selv om de er klekte eller døde. Det er derfor vanlig å se tomme eller døde egg i håret lenge etter at man har hatt lus. En bør likevel sjekke jevnlig for levende lus, og særlig hvis en finner egg nærmere enn 1 cm fra hodebunnen bør en være på vakt, da nye egg oftest legges her. En kan imidlertid også finne levende egg lenger ut på hårstrået. Ser man noe som sitter i hårstrået helt innerst mot hodebunnen, og ikke på siden av hårstrået, er det snakk om hårsekken og ikke egg.

Jeg har funnet et lusemiddel på apoteket/belekostbutikk som ikke er nevnt på Folkehelseinstituttet sine sider - virker dette?

Dette er ofte midler som er basert på kokosolje, anisolje og andre eteriske oljer. De har en effekt, men det mangler foreløpig god nok vitenskapelig dokumentasjon til å fastslå hvor mange prosent av de som blir behandlet som blir kvitt lusene. Et annet middel som inneholder 4 % dimeticone har, i et grundig vitenskapelig studium, vist god effekt, og det er meget skånsomt. Studiet viste at gjennomsnittlig 70 % av de som ble behandlet ble kvitt lusene etter to behandlinger.

Er lusene resistente?

Det er fra utlandet rapportert om en del resistens mot de permetrinholdige lusemidlene, men lite mot de som inneholder malation. Det er ingen oversikt over resistens hos hodelus i Norge.

Jeg har gjort den anbefalte behandlingen, men har fortsatt lus – hva gjør jeg?

Finner man levende lus selv etter fullført anbefalt kur, bør man prøve ett av de andre midlene. Malation og Prioderm har samme virkestoff, og bytte mellom disse vil derfor ikke ha noen effekt. Et alternativ til disse er Nix sjampo. Man bør også sjekke om man kan være gjensmittet av en person i sin nærmeste omgangskrets.

Jeg ser levende lus etter første gangs behandling, skal jeg da straks bytte middel?

En bør gjennomføre hele den anbefalte kuren: To behandlinger med liniment med 8 dagers mellomrom og gjerne kjemning hver dag i vått hår, før en vurderer en annen behandling – dette selv om en finner levende lus etter førs behandling med liniment.