



شپش سر

شپش سر تمام کسانی که روی سرشان مو دارند، می توانند به شپش سر آلوده شوند. آلودگی به شپش سر بدون توجه به سن و یا نوع موی او بستگی ندارد. شپش سر موجودی خونخوار است. این موجود با نیش زدن باعث خارش در پوست ناحیه نیش زده شده می شود. از زمانی که شخص به شپش سر آلوده می شود تا زمانی که این آلودگی باعث خارش در شخص شود ممکن است چندین هفته طول بکشد. آلودگی به شپش سر هیچ ارتباطی با رعایت بهداشت ندارد. شپش سر را نمی توان با شامپوهای معمولی از بین برد.



- یک حوله(دست خشک) سفید رنگ را روی شانه های شخص مشکوک به آلودگی قرار دهید.
- موی خیس باعث می شود که شپش ها نتوانند حرکت کنند.
- تمام موی سر را با شانه زدن بوسیله یک شانه که دندانهای ظریف داشته باشد جستجو کنید.
- حوله و شانه را از نظر بدام افتادن شپش سر و تخم شپش بدقت مورد جستجو قرار دهید.
- اطفال را حداقل یکبار در ماه از لحاظ آلودگی به شپش سر کنترل کنید.

لور می توان آلودگی به شپش سر را کشف کرد

برای پیدا کردن شپش سر در موی بلند بهتر است که مو را به 3 – 6 قسمت دم اسبی تقسیم کرده و هر قسمت دم اسبی را جداگانه شانه زد. تصویر: Lene Solbakken

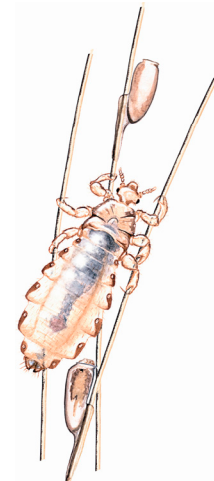
وسایل شپش کش(رفع آلودگی با استفاده از مواد شیمیایی)، شانه زدن و با تراشیدن مو طوریکه از 0.5 میلیمتر کوتاهتر باشد.

مهای رفع آلودگی از شپش سر

تداوی با استفاده از مواد شیمیایی
استفاده از لوسیبون(مواد مرطوب کننده) ماوی مالاتیون. در مورد خانمهای حامله و اطفالی که شش ماه تا دو سال سن دارند توصیه می شود از شامپوی حاوی پرمترین permetrin استفاده کنند. داروی پرمترین را می توان پس از مشورت با پزشک برای اطفالی که کمتر از شش ماه سن دارند نیز بکار برد. این داروها را می توان از داروخانه خرید.

راهنمای استفاده از دارو را بدقت مطالعه کنید. یادتان باشد تنها افراد آلوده نیاز به تداوی دارند. این ماده نمی تواند جلوی آلودگی دوباره را بگیرد. در صورتیکه چندین فرد در یک خانواده به شپش آلوده باشند، آنگاه می بایستی برای جلوگیری از آلودگی مجدد تمامی افراد آلوده بطور همزمان تداوی کرد.

تعدادی محصولات ضد شپش در بازار بفروش می رسد که دارو به حساب نمی آیند. اگر چه این محصولات ممکن است در رفع آلودگی موثر باشند، ولی تاثیر آنها از نظر علمی در حدی ثابت نشده است که بتوان این محصولات را توصیه کرد. محصولاتی که حاوی روغن اتر هستند ممکن سبب ب عوارض آلرژیکی شوند در صورت آلودگی یک طفل به شپش سر باید تمامی کسان که با کودک ارتباط دارند را از این موضوع مطلع کرد.



ب تخم های شپش محکم روی ساقه مو چسبیده اند.
طرح از: H. Elven



شانه زدن

شانه زدن موی سر با شانه مخصوص شپش سر (lusekam) . در صورت آلوده گی به شپش سر باید اینکار را حداقل هشت هفته بطور مرتب و هر روز ادامه داد. بعد از این مدت باید شانه زدن را یکبار در هفته و تا مدت سه هفته ادامه داد. موی سر در هنگام شانه زدن می بایستی مرطوب باشد.

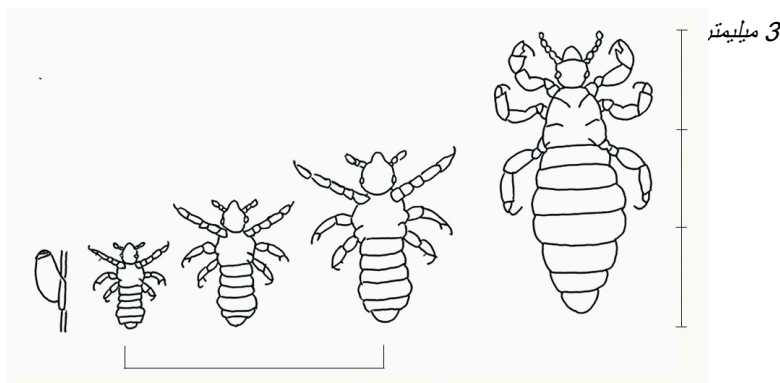
از یک حوله مرطوب که بر روی شانه های شخص قرار داده می شود برای بدام انداختن شپش ها و تخم آنها که بهنگام شانه زدن می افتند استفاده کنید. بعد از پایان کار ، برای از بین بردن شپش ها و تخم آنها می بایستی حوله و شانه مورد استفاده را با آب 60 درجه بشویید و یا اینکه این وسایل را بمدت حداقل 4 ساعت در انجماد(فرایزر) قرار دهید.

شپش سر قادر به پریدن و یا پرواز کردن نیست، ولی به وقت تماس افراد با هم ، از پوست یک فرد به پوست فرد دیگر می خزد. احتمال سرایت به شپش سر از طریق بالش، مبل و یا حیوانات خانگی و لباس بسیار کم است. ولی با این وجود توصیه می شود که از وسایل دیگران از قبیل کلاه، شانه و برس و وسایل آرایش موی سر و اینگونه وسایل استفاده نکنید. بندرت پیش می آید که تنها یک نفر آلوده باشد. در صورت عدم تداوی، این چرخه آلوده گی بین اعضاء خانواده و دوستان نزدیک چندین بار تکرار خواهد شد.

راه های سرایت شپش سر

در صورت اطلاع پیدا کردن از آلودگی یک طفل به شپش سر، لازم نیست این طفل در خانه بماند. به احتمال زیاد این طفل مدت زمان طولانی به این آلودگی دچار بوده است. بهمین لحاظ ادامه این آلودگی برای چند مدت حالا کمتر و یا بیشتر اهمیت زیادی نخواهد داشت. طفل می تواند رفتن به مدرسه و یا کودکانستان را مانند قبل ادامه دهد، ولی برای رفع آلودگی باید هر چه زودتر اقدام به تداوی را شروع کرد. همچنین برای جلوگیری از آلودگی دوباره مبادب این موضوع را به کودکانستان، مدرسه و دوستان نزدیک طفل خبر داد.

شپش سر در کودکانها و مکتب ها



تخم شپش(رشک)
8 روزه

شپش نابالغ
9-12 روزه

شپش بالغ
تقریبا 25 روزه

طرح از: Peben Ottesen