



شپش سر

همه کسانی که روی سرشان مو دارند، بدون توجه به سن و یا نوع مو، می توانند به شپش سر آلوده شوند. شپش سر موجودی خونخوار است. نیش زدن این موجود باعث خارش در پوست ناحیه نیش زدگی 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 عدم رعایت بهداشت ندارد. شپش سر را نمی توان با استفاده از شامپوهای معمولی از بین برد.

شپش سر

چط چگونه می توان آلودگی به شپش سر را کشف کرد؟

- یک حوله 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 یک شانه با دندانهای ظریف بررسی کنید.
- حوله و شانه را از نظر بدام افتادن شپش سر و تخم شپش بدقت مورد جستجو قرار دهید.
- کودکان را حداقل یکبار در ماه از نظر آلودگی به شپش سر کنترل کنید.



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 یا تراشیدن مو طوریکه از 0.5 میلیمتر کوتاهتر باشد.

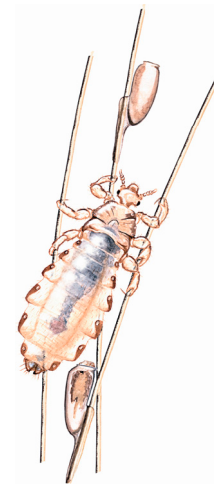
راههای رفع آلودگی از شپش سر

درمان با استفاده از مواد شیمیایی

استفاده از لوسيون(مواد مرطوب کننده) ماوی مالاتيون. در مورد خانمهای باردار و کودکانی 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 خریداری کرد.

راهنمای استفاده از دارم را بدقت مطالعه کنید. بخاطر داشته باشید که تنها افراد آلوده نیاز به درمان دارند. این ماده سبب جلوگیری از آلودگی نخواهند شد. در صورتیکه چندین فرد در یک خانواده به شپش آلوده باشند، آنگاه می بایستی برای جلوگیری از آلودگی مجدد تمامی افراد آلوده بطور همزمان مداوا شوند.

تعدادی محصولات ضد شپش در بازار بفروش می رسد که دارو محسوب نمی شوند. 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 بروز عوارض آلرژیکی شوند.



تخم های شپش بسختی روی تارهای مو چسبیده اند.
طرح از: H. Elven



شانه زدن

شانه زدن موی سر با شانه مخصوص شپش سر (lusekam) . در صورت آلودگی به شپش سر می بایستی اینکار را بمدت حداقل هشت هفته بطور مرتب و روزانه ادامه داد. بعد از این مدت می بایستی اینکار را یکبار در هفته تا مدت سه هفته ادامه داد. موی سر بهنگام شانه زدن می بایستی مرطوب باشد.

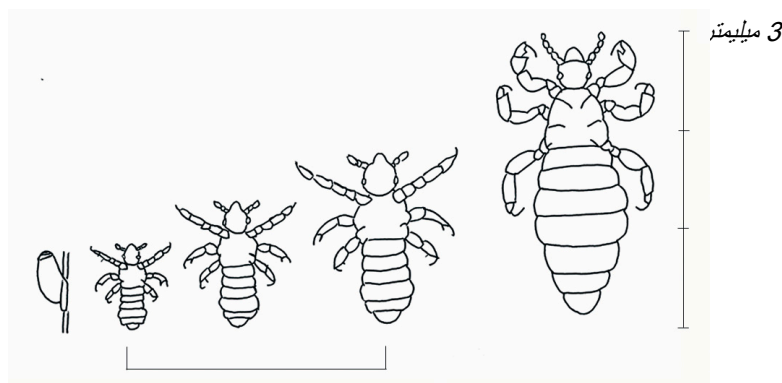
از یک حوله مرطوب که بر روی شانه های فرد قرار داده می شود برای بدام انداختن شپش ها و تخم آنها که بهنگام شانه زدن می افتند استفاده کنید. بعد از پایان کار، برای از بین بردن شپش ها و تخم آنها می بایستی حوله و شانه مورد استفاده را با آب 60 درجه بشویید و یا اینکه این وسایل را بمدت حداقل 4 ساعت در دمای انجماد(فریزر)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

راههای سرایت شپش سر

شپش سر قادر به پریدن و یا پرواز کردن نیست، ولی بهنگام تماس افراد با یکدیگر از پوست یک فرد به پوست فرد دیگر می خزد. احتمال سرایت به شپش سر از طریق بالش، میل و یا حیوانات خانگی و لباس بسیار کم است. 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 درمان، این چرخه آلودگی بین اعضاء خانواده و دوستان نزدیک چندین بار تکرار خواهد شد.

شپش سر در کودکانها و مدارس

در صورت آگاهی از آلودگی کودک به شپش سر، لازم نیست کودک در خانه بماند. به احتمال زیاد این کودک مدت طولانی به این آلودگی دچار بوده است. بهمین جهت ادامه این آلودگی برای چند مدت کمتر و یا بیشتر اهمیت زیادی نخواهد داشت. کودک می تواند رفتن به مدرسه و یا کودکانستان را مانند قبل ادامه دهد، ولی می بایستی هر چه زودتر اقدامات درمانی برای رفع آلودگی را شروع کرد. همچنین برای پیشگیری از آلودگی مجدد می بایستی این موضوع را به کودکانستان، مدرسه و دوستان نزدیک کودک اطلاع داد.



تخم شپش (رشک)
8 روزه

شپش نابالغ
9-12 روزه

شپش بالغ
تقریباً 25 روزه

طرح از: Peben Ottesen