

## Voorwoord luizenprotocol



Hoofdluis komt vooral bij jonge kinderen voor (tussen de 3 en 12 jaar) en vormt op de basisscholen een groot probleem.

De school is van mening dat zowel zichzelf als de ouders een stuk verantwoordelijk dragen inzake de bestrijding van hoofdluis.

Het is de verantwoordelijkheid van de school een aantal voorzorgsmaatregelen te nemen, waardoor de verspreiding van hoofdluis zoveel mogelijk wordt beperkt.

Het is de verantwoordelijkheid van de ouders om de kinderen te controleren op hoofdluis en zo nodig te handelen.

Wanneer u na het lezen van deze algemene informatie vragen heeft of wanneer er onduidelijkheden zijn, kunt u altijd contact opnemen met de verpleegkundige of arts Jeugdgezondheidszorg van de GGD, telefoon 030-2863333 of via email [gggd@utrecht.nl](mailto:gggd@utrecht.nl)

## Achtergrondinformatie over hoofdluis.

### *Wat is hoofdluis?*

Luizen zijn parasieten: ze hebben een ander levend wezen nodig om te leven. De hoofdluis haalt zijn voedsel uit mensenbloed. Elke diersoort en ook de mens heeft zijn eigen luizen. De luis van een hond kan niet overleven op een mens of omgekeerd.

De luis, die bij de mens voorkomt, varieert in grootte tussen 1 en 3 mm en is er speciaal op gebouwd om te leven tussen de hoofdharen. Soms zitten ze ook in baarden, snorren of wenkbrauwen. De kop van de luis is uitgerust met een zuigapparaatje. Hiermee prikt de luis een paar keer per dag door de hoofdhuid heen.

Na het opzuigen van bloed krijgt de luis een rodere kleur, normaal is de luis grijs/bruin van kleur. De luis kan zich enigszins aanpassen aan de kleur van het haar.



Een luis is een insect en heeft 6 poten. Met deze poten kan hij zich aan de haren vastklampen. Bijvoorbeeld bij het schudden van het hoofd, haren kammen of wassen houdt de luis zich hiermee stevig vast.

De luis gedijt prima bij de lichaamstemperatuur van de mens. Als het te warm wordt vinden ze dat niet prettig.

Iemand met koorts wordt door luizen verlaten. Ook een te lage temperatuur overleven ze niet. Men zegt dat de meeste luizen buiten de hoofdhuid maximaal 48 tot 55 uur kunnen overleven bij kamertemperatuur. Als ze dan nog geen warmte hebben gevonden, sterven ze.

Een luis leeft ongeveer 4-6 weken en legt zo'n 4 tot 8 eieren per dag: dit zijn neten. In een heel "luizenleven" legt een luis wel 50 tot 100 neten.

Luizen leggen hun neten aan de basis van het haar, dicht op de hoofdhuid. Deze neten zitten vastgekleefd aan de haren. Men vindt ze vooral op de warme, donkere plekjes zoals onder de pony, achter de oren, in de nek en soms op de kruin (bijvoorbeeld als het haar opgebonden is in een paardenstaart), maar kunnen uiteraard door het hele haar heen voorkomen.

Neten lijken op zoutkorreltjes en zijn meestal vuilwit tot geelbruin van kleur. Een enkele keer zijn neten ook zwart. Regelmatig worden neten verward met roos.

Het verschil met roos is overduidelijk: roos zit los en neten zitten vastgekleefd aan de haren. Na ongeveer 7 dagen komen de neten uit en vervolgens is de jonge luis na 7 tot 10 dagen alweer in staat om zelf eieren te leggen.

We spreken van een verse neet, als de neet zich dicht op de hoofdhuid bevindt. Als de neet zich 2 cm of verder van de hoofdhuid bevindt, dan is dat een oude neet. Het gevaar van besmetting is dan verdwenen.

**N.B.:** Als lang haar opgebonden is geweest, kunnen neten ook wat verder van de hoofdhuid af zitten.

Neten kunnen buiten de hoofdhuid maximaal 6 dagen overleven. Dit betekent dat een haar met een neet eraan vast, bijvoorbeeld in een kam of op kleding, na een paar dagen gewoon uit kan komen en de luis op zoek gaat naar een nieuwe gastheer.

Hoofdluizen dragen geen ziekten over. Door krabben kunnen wel korstjes op de hoofdhuid ontstaan. Hierbij kunnen infecties optreden die zorgen voor jeuk. Over het algemeen is het hebben van hoofdluis niet ernstig. Wel is het belangrijk hoofdluis te behandelen. Want als u te lang wacht met behandelen, breiden de luizen zich uit en bestaat de kans dat de luizen ook op anderen worden overgedragen.

Hoofdluis gaat niet vanzelf weg, behandeling is dus noodzakelijk!

### ***Hoe komt u aan luizen?***

Luizen kunnen niet vliegen of springen. Het zijn "overlopers". Als kinderen tijdens het spelen met de hoofden dicht bij elkaar komen, kruipen de luizen gemakkelijk over van het ene hoofd op het andere. Soms vindt overdracht ook plaats via mutsen, jassen en dassen die dicht tegen elkaar aan hangen, dit is echter een zeer klein percentage. De overdracht kan ook plaatsvinden via besmette kammen of borstels, slapen in één bed (tegelijkertijd of na elkaar, bijvoorbeeld bij kindercentra) of via de leuning van een bank. Vooral onder omstandigheden waar veel mensen dicht bij elkaar verblijven, bijvoorbeeld bij kampeervakanties of logeerpartijtjes, in volle bussen of treinen, op school en op de sportclub, wordt hoofdluis gemakkelijk verspreid.

### ***Iedereen kan hoofdluis krijgen.***

Iedereen kan hoofdluis krijgen. Al zorgt u nog zo goed voor uzelf en wast u heel vaak uw haar, dan nog kan hoofdluis de kop op steken. Luizen voelen zich prima thuis op een schoon gewassen hoofd. Dus het is niet waar dat luizen alleen voorkomen bij onverzorgde mensen.

Omdat kinderen meer bij elkaar in de buurt komen, bijvoorbeeld bij het spelen, komt hoofdluis bij hen wel vaker voor dan bij volwassenen. Binnen het gezin en op school krijgt hoofdluis veel kans om over te lopen.

Er bestaan geen middelen om hoofdluis te voorkomen. Veel controleren voorkomt dat de luizen niet blijven zitten en zich kunnen vermeerderen.

### ***Taboe rondom hoofdluis.***

Hoofdluis is niet iets waar je makkelijk over praat. Sommige mensen generen zich voor het feit dat in hun gezin hoofdluis is voorgekomen en willen het daarom liever niet aan anderen vertellen, omdat dit soms nare reacties op kan leveren. Toch is het belangrijk dat anderen het juist wel weten, omdat zij ook alert moeten zijn en gelijktijdig moeten controleren en eventueel behandelen.

Als een kind hoofdluis heeft, moeten ouders het melden aan de leerkracht. De school kan dan zelf maatregelen nemen en aan andere ouders doorgeven dat er hoofdluis heerst, zodat ook zij alert blijven. Ook speelkameraadjes, logés en de sportclub moeten gewaarschuwd worden om zo de kinderen min of meer gelijktijdig te kunnen behandelen. Het gebruik van luizencapes/luizenzakken op school kan de verdere verspreiding van hoofdluis via jassen, sjaals en mutsen verminderen. Alleen op bovenstaande manieren wordt de cirkel van herbesmetting verbroken.

In de praktijk is gebleken dat het instellen van een ouderwerkgroep voor de controle van hoofdluis op school preventief en taboe doorbrekend werkt. Bij aankondiging van controles zullen veel ouders hun kind nog eens extra goed bekijken en zo nodig behandelen. Kinderen zullen na verloop van tijd de controles zo normaal gaan vinden dat ze zonder schroom praten over hoofdluis.

### ***Hoe weet u of u hoofdluis heeft?***

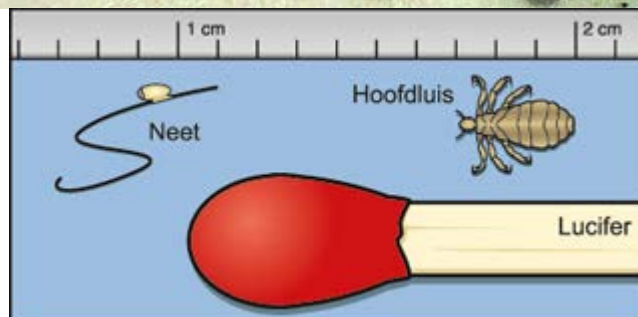
Kort na de besmetting met hoofdluis, merkt u nog helemaal niets. Meestal ontstaan pas klachten bij de aanwezigheid van meerdere luizen. Jeuk is de belangrijkste klacht bij hoofdluis. Dit kan ontstaan één tot twee weken na de besmetting. Kinderen met een permanente infestatie van luizen hebben vaak weinig of geen last van jeuk. De luizen zijn met behulp van een plastic luizenkam (ook wel stofkam genoemd) op te sporen. Deze luizenkam is te koop bij drogist of apotheek.



## Wat doet u als ouder als er hoofdluis heerst?

Stappenplan voor de basisaanpak van hoofdluis voor ouders:

1. Gebruik van de luizenkam (stofkam):
  - Koop een luizenkam (bij de apotheek of drogist).
  - Was het haar met een gewone shampoo en spoel het haar uit.
  - Breng ruim een gewone crèmespoeling in het haar aan en spoel dit NIET uit.
  - Kam de knopen en klitten uit met een gewone kam.
  - Houdt het hoofd voorover boven een wasbak, een witte handdoek of een wit papier en kam het haar van achter naar voren met de luizenkam, tegen de schedelhuid aan. Start bij het ene oor en schuif na elke kambeweging op naar het andere oor. Veeg de luizenkam regelmatig af aan een witte papieren servet of zakdoek.
  - Spoel de crèmespoeling uit.
  - Zorg voor goed licht anders zijn de luizen niet goed te zien.
  - Als er luizen uit het haar komen, spoel deze dan met veel water door de gootsteen of de wc.
  - Neten zitten vaak tussen de nekharen, onder de pony, op de kruin of achter de oren. Met enige routine zijn ze goed te ontdekken.
  - Roos, huidschilfers en bijvoorbeeld gelresten lijken op neten. Het verschil is echter dat neten vastzitten aan de haren en zelfs met de nagels bijna niet van de haren los te krijgen zijn.
  - Dode neten blijven nog lang vastzitten aan de haren. Ze komen door het groeien van het haar verder van de hoofdhuid af te zitten.
  - Controleer alle gezinsleden, de eventuele oppas en laat jezelf controleren.



2. Geen hoofdluis gevonden:  
Iedere week blijven controleren en blijven kammen!

3. Wel hoofdluis gevonden:  
Behandel uw kind en eventueel ook anderen uit het gezin.

Als hoofdluis is geconstateerd, zijn er vier manieren om hoofdluis te behandelen:

A. Behandeling met bestrijdingsmiddelen.

Behandelingen van het haar met een geregistreerd insecticide, al dan niet in combinatie met dagelijks kammen met een luizenkam gedurende 14 dagen, zijn bewezen effectief. U moet altijd na één week de behandeling met hetzelfde middel herhalen om een optimaal effect te bereiken.

B. Dagelijks kammen met de netenkam.

Dagelijks met een speciale luizenkam het natte haar (met gewone crèmespoeling erin) intensief kammen gedurende twee weken!! Dit heeft alleen zin indien dit secuur en gedurende twee weken dagelijks gedaan wordt.



De metalen netenkam moet niet verward worden met de plastic luizenkam.

De functie van deze kammen is verschillend:

- de plastic luizenkam kan alléén hoofdluizen verwijderen.
- de metalen netenkam kan zowel hoofdluizen als neten verwijderen, mits heel precies gekamd wordt gedurende twee weken.

C. Elektronische luizenkam.

Een elektronische luizenkam is een veilige, effectieve en chemicaliënvrije oplossing. Het spoort de luizen op en vernietigt ze door een lichte elektrische schok, die niet voelbaar is voor de mens. Er dient op dezelfde manier gekamd te worden als met een gewone luizenkam of netenkam.

*Nacontrole.*

Ook na de behandeling met een hoofdluismiddel (lotion of shampoo) moeten de natte haren worden gekamd volgens de kaminstructie. Dit is een onmisbaar onderdeel van de behandeling. Dit moet men dagelijks doen tot 14 dagen na de start van de behandeling. Het uitkammen van dode luizen en neten zorgt ervoor dat men goed kan zien of er nog actieve luizen aanwezig zijn en hiermee kunnen nog niet dode neten worden verwijderd. De aanwezigheid van dode luizen wijst dus niet op falen van de behandeling.

### *Overbehandeling.*

Als er sprake is van een hoofdluisepidemie, kunt u geneigd zijn uw kind te vaak met bestrijdingsmiddelen te behandelen. Met te vaak wordt bedoeld: meer dan één keer behandelen binnen één week. Dit kan een schadelijk effect hebben op de hoofdhuid en irritaties opleveren. Houdt u zich aan de gebruiksaanwijzing in de bijsluiter. Als u enkele dagen na de behandeling nog of weer luizen en/of neten constateert, dan kunt u beter gaan kammen met de netenkam. Dus niet eerder een herhalingsbehandeling toepassen dan de bijsluiter aangeeft.

### Vervolg stappenplan:

4. Zorg ervoor dat iedereen in het gezin die hoofdluis heeft gelijktijdig wordt behandeld.
5. Kinderen zonder hoofdluis en/of neten uit voorzorg behandelen heeft geen enkele zin en is zelfs af te raden. Dit kan bijdragen tot het immuun worden van de hoofdluis tegen het desbetreffende middel.
6. Meld de aanwezigheid van hoofdluis direct aan de leerkracht van uw kind.
7. Vertel het aan de ouders van vriendjes en anderen waar uw kind mee omgaat. Denk ook aan eventuele logés en logeeradressen, aan de oppas, sportclubs en aan grootouders.
8. Laat kinderen geen mutsen, dassen en kammen van elkaar gebruiken. Kammen en borstels grondig reinigen, eventueel met een antihouddluislotion.
9. Laat kinderen lange haren in een vlecht of staart dragen wanneer er hoofdluis is geconstateerd op school; dit vermindert de kans op besmetting.
10. Bij behandeling met een hoofdluismiddel dient de behandeling na 7 - 9 dagen herhaald te worden. In de tussentijd dagelijks de haren met de luizenkam uitkammen.
11. Blijf elke week controleren, ook als er geen hoofdluis meer heerst.
12. Verwijder de dode neten.
13. Netenverwijderende middelen? Kan wel, maar is niet noodzakelijk.

### **Speciale middelen:**

Bij de drogist of apotheek zijn speciale middelen verkrijgbaar om dode neten uit het haar te verwijderen.

### **Azijn en water.**

Een goedkope middel is een mengsel van 3 delen azijn met 1 deel water. Hiermee moet het haar goed ingewreven worden (bijvoorbeeld met een katoenen doek). Het azijnmengsel moet een half uur inwerken, daarna moet het haar doorgekamd worden met een luizen- of netenkam, en vervolgens goed uitgespoeld worden.

**N.B.:** Neten op regelmatige basis (bijvoorbeeld elke dag een paar neten) verwijderen met de vingernagels kan goed helpen om het haar luizen- en netenvrij te krijgen. De neten dienen na het verwijderen goed door de wasbak gespoeld worden.

Denk ook aan het volgende:

Om herbesmetting te voorkomen is het belangrijk dat ook andere bronnen van herbesmetting uitgeschakeld worden. Omdat de luizen ook in de kleding, beddengoed en meubels zitten, dient u naast het behandelen van de hoofdhuid ook de volgende schoonmaakadviezen op te volgen:

- Alle borstels en kammen regelmatig schoonmaken. Bijvoorbeeld door ze schoon te spoelen onder de hete kraan.
- Kleding, jassen, mutsen, beddengoed, dassen, knuffels, enz.: minimaal 10 minuten wassen op minimaal 60°C (eventueel laten stomen).
- Spullen die niet gewassen kunnen worden, knuffels, haarversieringen, koptelefoons enz.: tenminste 1 week in een afgesloten plastic zak op kamertemperatuur bewaren of 24 uur in de vriezer. Klop en borstel de spullen daarna goed uit.
- Meubels, matrassen, buggy, autostoelen, vloerkleden, enz.: grondig stofzuigen en hierna de stofzuigerzak weggooien. (Eventueel eerst insprayen met para-speciaalspray, minimaal een half uur laten intrekken en daarna stofzuigen.)
- Bij behandeling met een hoofdluismiddel deze maatregelen herhalen bij de tweede behandeling. Indien u gaat kammen met een netenkam i.p.v. behandelen met een hoofdluismiddel, deze maatregelen na de eerste drie dagen herhalen.