



Wszy głowowe

Informacje dla rodziców

Polish Version: Headlice



**healthier
scotland**
SCOTTISH GOVERNMENT



wskazówki

Wesz wykluwa się z jaja po 10 dniach od jego złożenia. Larwa wszy dorasta po 6-14 dniach od wyklucia. Wtedy też szuka sposobności, aby przenieść się na głowę innej osoby przy bliskim kontakcie. Młodsze osobniki z reguły pozostają na głowie przez 6 dni od wyklucia.



Leczenie jest wymagane jedynie w przypadku stwierdzenia żywych wszy. Olejków, płynów, pianek lub szamponów o działaniu owadobójczym nie wolno używać zapobiegawczo – takie działanie może uodpornić wszy na środki lecznicze.



Nie wolno przygotowywać własnych specyfików do leczenia lub zapobiegania wszawicy głowy – z reguły są one nieskuteczne i mogą zagrażać zdrowiu. W szczególności należy zachować najwyższą ostrożność podczas stosowania olejków eterycznych – takich jak wyciąg z drzewa herbacianego – u dzieci oraz kobiet w ciąży lub karmiących piersią. „Naturalne” nie zawsze oznacza „bezpieczne”.



Nie wszystkie dostępne na rynku środki są skuteczne – odpowiednich porad na ten temat może udzielić pielęgniarka szkolna lub środowiskowa, aptekarz albo lekarz. Przede wszystkim nie ma żadnych dowodów potwierdzających skuteczność elektronicznych urządzeń do zwalczania wszy, olejku z drzewa herbacianego oraz mikstur, które rzekomo zawierają naturalne środki owadobójcze.

Fakty dotyczące wszy głowowej

- Wesz głowowa to mały, pozbawiony skrzydeł owad z sześcioma odnóżami, który żyje na skórze owłosionej głowy. Środowisko to zapewnia jej odpowiednią temperaturę oraz dostępność pokarmu.
- Larwy zaraz po wykluciu są wielkości główki od szpilki, a dorosłe osobniki nie przekraczają rozmiarem główki zapalniczki. Z tego powodu trudno je zauważyć we włosach.
- Jaja wszy są przyklejone do włosów w pobliżu skóry głowy. Niewyklute jaja mają ciemny kolor i trudno je znaleźć. Jednak po wykluciu puste jaja (tzw. gnidy) są białe i można je łatwo zauważyć. Wiele osób myli gnidy z wszami – w rzeczywistości gnidy świadczą o przebytej lub trwającej wszawicy głowy.
- Wszy głowowe trudno znaleźć w suchych włosach. Ich obecność niekoniecznie musi wiązać się ze świądem. Na głowie często znajduje się 10 lub mniej wszy.
- Wesz głowowa nie potrafi latać, skakać ani pływać. Przechodzi z głowy na głowę, szybko wspinając się po włosach, gdy dwie osoby zbliżą się do siebie głowami.
- Wszy głowowe przenoszą się bez względu na długość lub czystość włosów – pielęgnacja włosów nie zapewnia ochrony przed wszawicą głowy.
- Wszy głowowe nie stanowią zagrożenia dla zdrowia.



Przeczesywanie na mokro

1

Umyj włosy szamponem, spłucz je, nałóż dużą ilość odżywki do włosów i rozczesz włosy rzadkim grzebieniem, aby je rozplątać i rozprostować.

- Wszawica głowy to powszechna choroba. Mogą się nią zarazić wszystkie osoby posiadające włosy na głowie. Najbardziej narażone są jednak dzieci, które z reguły częściej zbliżają się do siebie głowami.

Wykrywanie

Wszawicy głowy nie można zapobiec, jednak regularne sprawdzanie umożliwia wczesne wykrycie oraz ewentualne leczenie. Najlepszą metodą wykrywania wszy jest przeczesywanie włosów na mokro (zobacz poniżej). Rodzice i opiekunowie powinni raz w tygodniu sprawdzać włosy dzieci podczas mycia. Potrzebny jest do tego zwykły szampon, odżywka do włosów oraz grzebień do wykrywania wszy. Pamiętaj, że szukasz żywych, ruszających się wszy głowowych – są one jedynym objawem wszawicy głowy u dziecka. Grzebień musi być na tyle gęsty i twardy, aby złapać wesz. W doborze właściwego grzebienia może pomóc aptekarz.

Leczenie

Dostępne są trzy opcje leczenia: Pierwsza polega na zastosowaniu płynu owadobójczego, druga obejmuje stosowanie olejku z kwasem krzemowym (takiego jak dimeticone), a trzecia to przeczesywanie na mokro (zobacz informacje po prawej). Wszystkie odpowiednie środki i przybory są dostępne w aptece w ramach usługi leczenia drobnych schorzeń (Minor Ailment Service) na receptę wystawioną przez lekarza lub w niektórych przypadkach pielęgniarzkę środowiskową lub z przychodni rejonowej. Można je także tam kupić bez recepty.



- 2 Następnie wydziel pasemka włosów i przeczesuj je gęstym grzebieniem od skóry do końcówek. Przeczesuj na raz tylko jedno pasemko, zwracając szczególną uwagę na tył szyi oraz obszar wokół uszu.

Płyny i olejki z kwasem krzemowym

Informacje na temat najskuteczniejszych płynów lub olejków z kwasem krzemowym można uzyskać u pielęgniarki szkolnej lub środowiskowej, aptekarza albo lekarza. Osoby cierpiące na astmę lub alergie, kobiety karmiące lub w ciąży oraz rodzice lub opiekunowie niemowląt powinni zawsze zasięgnąć rady lekarza lub aptekarza na temat najbezpieczniejszej kuracji.

Oto porady dotyczące stosowania płynów lub olejków z kwasem krzemowym:

- Płyny lub olejki z kwasem krzemowym należy stosować dopiero po wykryciu żywych, ruszających się wszy. Wszy głowowe mogą uodpornić się na płyny, jeżeli są one zbyt często stosowane.
- Kuracji nie należy powtarzać częściej niż co tydzień. Nie powinna ona trwać dłużej niż trzy tygodnie, ponieważ dłuższe leczenie nie oznacza większej skuteczności.
- Olejek z kwasem krzemowym pokrywa wesz głowową warstwą cieczy i zakłóca obieg wody w jej organizmie. Nie jest to środek owadobójczy, więc wesz nie może się na niego uodpornić.
- Jeżeli po dwóch cyklach leczenia wciąż można znaleźć żywe wszy, zwróć się po poradę do lekarza, aptekarza albo pielęgniarki środowiskowej lub szkolnej.
- Postępuj dokładnie według instrukcji na opakowaniu. Opisują one sposób rozprowadzania płynu lub olejku z kwasem krzemowym, określają jak długo środek powinien pozostać na włosach



- 3** Po każdym przebiegu grzebienia sprawdzaj, czy nie ma na nim wszy, a gdy je znajdziesz, usuwaj je.
- 4** Po dokładnym przeczesaniu i sprawdzeniu całej głowy spłucz piankę.

Zdjęcia od Community Hygiene Concern

oraz ewentualnie jak często należy powtarzać kurację, aby zapewnić jej skuteczność. Metoda leczenia może różnić się w zależności od płynu.

- Płyn zabija wszy, jednak nie niszczy jaj. Płyn należy nałożyć ponownie po siedmiu dniach, aby zabić świeżo wyklute larwy wszy. Olejki z kwasem krzemowym niszczą jaja, jednak konieczne są dwa cykle kuracji.
- Procedura może różnić się w zależności od płynu, więc i w tym przypadku należy postępować dokładnie według instrukcji na opakowaniu.
- Kuracja nie zapobiega wszawicy.

Przeczesywanie na mokro

Przeczesywanie na mokro to alternatywna metoda walki z wszami głowowymi, która nie obejmuje stosowania płynów owadobójczych. Polega ona na wyczesaniu wszystkich wszy z mokrych włosów za pomocą gęstego grzebienia do wykrywania wszy. Przeczesywanie na mokro jest skuteczne wtedy, gdy powtarza się je co trzy dni przez trzy tygodnie, usuwając z głowy wszystkie wszy.

Zestaw do przeczesywania na mokro („Bug Buster Kit”) jest dostępny na receptę w ramach usługi leczenia drobnych schorzeń (Minor Ailment Service). W jednej rodzinie wystarczy jeden taki zestaw — jest on wielorazowego użytku. Zestaw obejmujący ilustrowane instrukcje dotyczące wykrywania i usuwania wszy głowowych jest dostępny w lokalnych aptekach. Można go także zamówić listownie pod adresem:

Community Hygiene Concern (nr działalności charytatywnej: 801371), 22 Darin Court, Crownhill, Milton Keynes, MK8 0AD Infolinia: 01908 561 928
Strona internetowa: www.chc.org

5

Sprawdź włosy wszystkich członków rodziny i jeżeli pojawią się wszy, zastosuj odpowiednią kurację.

Jeżeli wykryjesz wszy głowowe, poinformuj o tym wszystkie osoby, które miały bliski kontakt z Tobą lub Twoim dzieckiem, aby umożliwić im przeprowadzenie kontroli włosów w swojej rodzinie.

Przeczesanie całej głowy na mokro zajmuje od dwóch (krótkie, proste włosy) do 30 minut (długie, kręcone włosy).

Zawiadomienia ze szkół i przedszkoli

Być może zauważyłeś(-aś), że szkoła lub przedszkole, do którego uczęszcza Twoje dziecko, już nie wysyła zawiadomień o przypadkach wszawicy głowy wśród uczniów. Jest ku temu kilka powodów: W większości szkół i przedszkoli codziennie stwierdza się kilka przypadków wszawicy głowy. Zawiadomienia trzeba byłoby więc wysyłać codziennie. Po otrzymaniu zawiadomienia rodzice często podejmują próby zapobiegawczego leczenia dzieci, co jest nieskuteczne i niewskazane. Wszawicy głowy nie można zapobiec, a nadmierne stosowanie środków owadobójczych może spowodować wytworzenie mechanizmów odpornościowych u wszy.

Szkoły i przedszkola powinny jednak regularnie (na przykład na początku nowego semestru) udostępniać pomocne informacje na temat wykrywania i leczenia wszawicy głowy.

Chętnie rozważymy prośby o wersje w innych językach lub w innym formacie. Kontakt: telefon 0131 536 5500 lub e-mail nhs.healthscotland-alternativeformats@nhs.net

Ta ulotka stanowi uzupełnienie wydanego przez Szkockie Ministerstwo Zdrowia przewodnika dot. postępowania w przypadku wszawicy głowy u dzieci (*Guidance on Managing Head Lice Infection in Children*), który opracowano na potrzeby pracowników służby zdrowia w Szkocji.

www.healthscotland.com