



Hoofdluis

Informatiemap voor het basisonderwijs



Bron: RIVM

Inhoud

1. Inleiding.....	3
2. Hoofdluis.....	4
3. Hoe behandel je hoofdluis?	6
4. Hoe ga je op school om met hoofdluis?.....	9
Bijlage 1: Voorbeeld wervingsbrief ouderwerkgroep hoofdluis.....	12
Bijlage 2: Voorbeeld informatiebrief introductie ouderwerkgroep hoofdluis	13
Bijlage 3: Voorbeeldbrief bij constatering hoofdluis	14
Bijlage 4: Voorbeeldbrief kind met hoofdluis.....	15
Bijlage 5: Schoolkrantartikel	16
Bijlage 6: Meest gestelde vragen over hoofdluizen en neten	17

GGD Fryslân Jeugdgezondheidszorg
Postbus 612
8901 BK Leeuwarden
Tel.: 088 22 99 444

info@ggdfryslan.nl
www.ggdfryslan.nl

Leeuwarden, augustus 2018

1. Inleiding

Hoofdluis is op veel (basis)scholen een regelmatig terugkerend probleem en het is moeilijk om ervan af te komen. Dat komt omdat hoofdluis erg besmettelijk is. Hoofdluis verspreidt zich razendsnel. Hoe eerder u erbij bent, hoe kleiner de kans dat de hoofdluis zich uitbreidt. Vaak controleren is dus belangrijk, zowel thuis als op school. Als er hoofdluis heerst, dan is een zorgvuldige, effectieve aanpak nodig.

Ouders, school en GGD Fryslân hebben op dit terrein ieder hun eigen taken, verantwoordelijkheden en mogelijkheden.

- Ouders/verzorgers:
De ouders zijn de eerstverantwoordelijken voor opvoeding, vorming en verzorging van hun kinderen. Als hoofdluis is geconstateerd bij hun kind moeten andere ouders en de school worden gewaarschuwd. Door behandeling kan verdere besmetting worden voorkomen.
- School:
De school is verantwoordelijk voor de hygiëne en het leefklimaat op school. Ook het nemen van maatregelen ter voorkoming van hoofdluis en het voorkomen van verspreiding van hoofdluis hoort hierbij. Dat betekent een periodieke luizencontrole door de ouderwerkgroep en een juiste aanpak bij constatering van hoofdluis.
- GGD Fryslân:
De GGD heeft een voorlichtende, adviserende en ondersteunende taak ten aanzien van hoofdluisbestrijding. Voor een ouderavond of een instructie aan een ouder-werkgroep kan een beroep op de GGD gedaan worden. De GGD kan NIET de verantwoordelijkheid van de ouders en die van de school overnemen.

In deze informatiemap staan alle feiten en wetenswaardigheden over hoofdluis en de bestrijding daarvan op een rijtje. Ook vindt u informatie over het opzetten van een ouderwerkgroep en een voorbeeld van een protocol op school.

Als bijlagen zijn toegevoegd voorbeeldbrieven, een schoolkrantartikel en lijst met meest gestelde vragen.

Luizen voorkomen is moeilijk. Maar we hopen dat u met behulp van de informatie in deze map de hoofdluis onder controle krijgt!

2. Hoofdluis

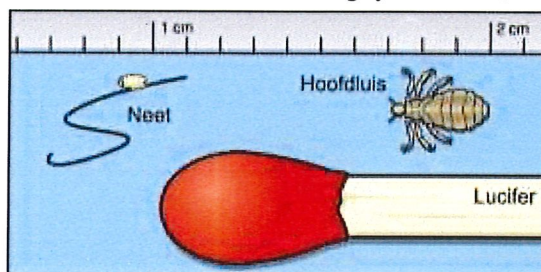
2.1 Wat zijn luizen?

Een hoofdluis is een parasiet: het beestje leeft van mensenbloed. Een hoofdluis is grijsblauw of, nadat hij bloed heeft opgezogen, roodbruin van kleur. Hij is ongeveer 3 millimeter groot, bijna net zo groot als de kop van een lucifer.

Een hoofdluis heeft geen vleugels, kan niet vliegen of springen. Het is een overloper.

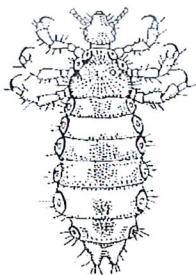
Elke diersoort heeft zijn eigen luizensoort.

Hondenluizen kunnen bijvoorbeeld niet op mensen overleven en andersom.

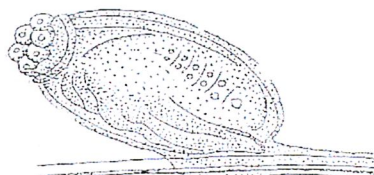


Hoofdluizen hebben de menselijke huid nodig om te leven. Ze prikken gaatjes in de huid en zuigen daardoor bloed op. Daarom bevinden ze zich zo dicht mogelijk bij de hoofdhuid. Ze zoeken graag behaarde en warme plekken op: achter de oren, in de nek of onder een pony.

De eitjes van de hoofdluis, de neten, zijn grijswit en lijken op roos. Het verschil is dat roos los zit terwijl neten juist aan de haren kleven. Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo. Een jonge luis is na 7-10 dagen volwassen en klaar om zelf weer eitjes te leggen. Hij leeft dan ongeveer één maand en legt in die tijd zo'n 250 eitjes. Het aantal luizen op het hoofd kan zo in korte tijd sterk toenemen. Snel ingrijpen is bij hoofdluis dus erg belangrijk.



hoofdluis



neet aan een haar

2.2 Hoe krijg je hoofdluis?

Luizen kunnen niet springen, het zijn kruiers, 'overlopers' die via het haar van het ene hoofd naar het andere hoofd lopen. Kinderen tussen de 3 en 12 jaar krijgen vaker hoofdluis, omdat ze vaker letterlijk de hoofden bij elkaar steken tijdens het spelen. Hoofdluis is erg besmettelijk. Op school en binnen het gezin krijgen luizen veel kans om zich te verspreiden.

Daardoor komt hoofdluis regelmatig voor. Hoofdluis is geen drama en het is betrekkelijk onschadelijk.

Het krijgen van hoofdluis heeft niets met hygiëne te maken. Iedereen kan besmet worden: hoofdluis maakt geen onderscheid in wie wel of niet schoon is. Sterker, hoofdluis komt juist vaker voor op schone haren.

2.3 Hoe ontdek je hoofdluis?

Om vroegtijdig hoofdluis te ontdekken is regelmatige controle van de kinderen belangrijk, zowel thuis als op school.

- **Huis:** ouders moeten hun kinderen regelmatig controleren met behulp van een luizenkam.
- **School:** alle leerlingen na elke schoolvakantie of na een melding van hoofdluis door de ouderwerkgroep laten controleren.

Hoe ontdek je hoofdluis bij iemand?

- Door te kijken tussen de haren of er luizen of neten te zien zijn. Ze zijn vooral te vinden in de nek, achter de oren en in de pony. Als u geen luizen ziet, maar wel grijswitte puntjes, kan het toch om hoofdluis gaan. Die puntjes kunnen neten zijn.
- Het haar kammen met een luizenkam. Kam boven een vel wit papier. De luizen vallen dan op het papier.

Wanneer heeft een kind hoofdluis?

- Als u levende hoofdluizen ziet op het hoofd.
- Als er door kammen levende luizen worden gevonden.
- Als de neten maximaal 1 cm van de hoofdhuid zijn verwijderd.

Wanneer heeft een kind geen hoofdluis?

- Als u geen levende luizen vindt.
- Als de neten verder dan 1 cm van de hoofdhuid zijn verwijderd.

Het herkennen van een hoofdluisbesmetting kan lastig zijn. Zorg in ieder geval voor een goede verlichting. Het is moeilijk onderscheid te maken tussen neten die nog een larve bevatten of neten die al leeg zijn. Lege neten groeien met het haar mee, dus hoe verder de neet van de hoofdhuid af is, hoe langer geleden deze is gelegd. Neten die verder dan 1 cm van de hoofdhuid zitten, bevatten geen luis meer.

Soms klagen kinderen over jeuk op de hoofdhuid of ze krabben geregeld. Dan is het goed om eens extra te controleren. Hoofdluis gaat echter niet altijd samen met jeuk.

Waarom is het belangrijk dat de diagnose hoofdluis goed wordt gesteld?

- In de eerste plaats omdat kammen bij diagnose hoofdluis veel tijd en discipline van de ouders kost en om te voorkomen dat ouders onnodig gaan behandelen met antihooftluismiddelen. Dat werkt resistentie in de hand.
- Ten tweede is het voor ouders heel vervelend als hen wordt verteld dat hun kind hoofdluis heeft, terwijl dit niet klopt. Hierdoor kunnen ouders geïrriteerd raken.

Wat te doen bij het ontdekken van hoofdluis?

Als er hoofdluis is ontdekt, dan moet er actie worden ondernomen:

- Ouders moeten dit zo spoedig mogelijk melden aan de school.
- School moet de ouders melden dat er hoofdluis heerst op school.
- Adviseren hun kind te behandelen door middel van de uitkammethode.
- Adviseren om thuis alle gezinsleden te controleren.
- Tot de kinderen en de school luisvrij zijn elke dag thuis controleren.

3. Hoe behandel je hoofdluis?

Luis in je haar? Kammen maar!

Als u hoofdluis ontdekt, is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Want zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis erg besmettelijk. Hoofdluis gaat niet vanzelf over!

De GGD adviseert de volgende aanpak:

- De beste (en niet chemische) bestrijdingsmethode is de uitkammethode: gedurende 2 weken het haar elke dag doorkammen met een netenkam.
- Als er na 14 dagen nog levende luizen worden aangetroffen, kan de uitkammethode gecombineerd worden met een antihooftluismiddel.

3.1 Kammen

Hoe werkt de uitkammethode?

Kam gedurende 14 dagen elke dag het haar met een netenkam.

Ga als volgt te werk:

- Was het haar eerst met gewone shampoo en spoel het uit.
- Doe ruim crèmespoeling in het haar en laat het zitten om het kammen makkelijker te maken
- Kam eerst met een gewone kam de klitten uit het haar.
- Kam dan met de netenkam al het hoofdhaar, pluk voor pluk vanaf de haarwortel. Begin bij het ene oor en pak na elke kambeweging een pluk in de richting van het andere oor.
- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een stuk keukenpapier. Spoel gevonden luizen door de wc of wasbak.
- Maak na afloop de kam schoon.

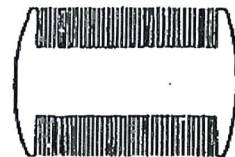


Ga door met het dagelijks kammen tot twee weken na de laatst gevonden levende luis.

De uitkammethode is effectief maar biedt geen 100 % 'garantie'. Het voordeel is dat u geen chemicaliën gebruikt

Welke kam moet u gebruiken?

Er bestaan luizenkammen en netenkammen. Een netenkam gebruikt u in ieder geval bij de uitkammethode. Het is een fijne metalen kam die de neten van het haar loshaalt. Een luizenkam is een plastic kammetje met dicht op elkaar staande tanden. Hij is geschikt om levende luizen op te sporen. Neten krijgt u er echter niet mee weg gekamd. Bij krullend haar is soms een netenkam met extra lange tanden nodig om goed bij de hoofdhuid te komen. U kunt eventueel gaasjes op de netenkam prikken. De neten en luizen blijven dan in het gaasje hangen.



Er zijn diverse soorten kammen verkrijgbaar bij drogist of apotheek.

- Plastic luizenkam
 - Plastic handvat, plastic tanden.
 - Prijs ongeveer €2,-.
 - Geschikt om hoofdluizen op te sporen.
- Nitcomb-M2 netenkam
 - Metalen handvat, dat uitsteekt. Dubbele rij tanden, waarvan de ene rij tanden heel dicht bij elkaar staat.
 - Prijs ongeveer € 12,-.

- Nisska netenkam
 - Metalen handvat. Eén rij lange metalen tanden van 3,5 centimeter die heel dicht bij elkaar zitten.
 - Prijs ± €15,-.
 - Geschikt voor de uitkammethode.
 - Door de lange tanden geschikt voor dik haar.

3.2 Kammen in combinatie met antihooftluismiddelen

Als er na 14 dagen nog levende luizen worden aangetroffen, kan de uitkammethode gecombineerd worden met een antihooftluismiddel

Hoe werkt de behandeling met een antihooftluismiddel?

Er zijn verschillende antihooftluisproducten te verkrijgen: shampoos, sprays, crèmes en lotions. Het verschil tussen de producten heeft vooral te maken met de werkzame stof die erin zit.

Informeer naar bijwerkingen en contra-indicaties, want kinderen met hooikoorts, cara of eczeem kunnen gevoelig zijn voor één van de werkzame stoffen.

Lees ook de bijsluiter goed door en volg de werkwijze die daarin staat.

De antihooftluismiddelen moeten allemaal gecombineerd worden met de uitkammethode: twee weken het haar dagelijks doorkammen met een netenkam.

Welk middel?

Er zijn meerdere middelen in Nederland geregistreerd en te koop bij de apotheek of drogist. GGD Fryslân Jeugdgezondheidszorg adviseert, volgens de landelijke richtlijnen, XTLuis en Prioderm lotion.

XTLuis bevat dimeticon, een stof die de luizen doet stikken door hun luchtwegen af te sluiten.

Prioderm bevat malathion, een stof waarvoor de hoofdluis op termijn ongevoelig kan worden. In dat geval werkt het middel niet meer. Volg bij het gebruik van antihooftluismiddelen altijd zorgvuldig de gebruiksaanwijzing.

Hoe een antihooftluismiddel gebruiken?

- Volg altijd de gebruiksaanwijzing.
- Kam na de behandeling met een luizenkam de dode luizen uit het haar.
- Behandel het haar na een week nog eens met hetzelfde middel.
- Zoals gezegd, de antihooftluismiddelen moeten allemaal gecombineerd worden met de uitkammethode: gedurende twee weken het haar dagelijks doorkammen met een netenkam.
- Een kind dat behandeld is met een middel waar malathion in zit, mag op de dag van de behandeling niet zwemmen. Dit omdat chloor de werking van malathion tegengaat.

Natuurlijke middelen

De uitkammethode is het meest natuurlijke middel tegen hoofdluis.

Er bestaan producten tegen hoofdluis die zijn gebaseerd op olie, maar daarvan is niet bewezen dat ze werken. Geregistreerde homeopathische middelen tegen hoofdluis bestaan niet.

Wanneer geen antihooftluismiddel gebruiken?

In aan aantal gevallen moet u geen hoofdluismiddel gebruiken:

- Bij zwangerschap.
- Bij het geven van borstvoeding.
- Bij baby's onder de zes maanden.

Pas in deze gevallen alleen de uitkammethode toe.

3.3 Thuismaatregelen

In maart 2011 is de richtlijn aangepast, maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels, jassen en het stofzuigen van de auto zijn niet meer nodig omdat overdracht via beddengoed e.d. nooit wetenschappelijk is aangetoond. Dat scheelt heel veel tijd, geld en stress bij ouders van kinderen met hoofdluis.

3.4 Schoolmaatregelen

Kinderen die hoofdluis hebben hoeven niet thuis te blijven!

- Motiveer ouders dat ze hoofdluis melden op school.
- Maak ze er ook op attent dat ze het melden bij sportclubs, vriendjes, vriendinnetjes en logeetjes.
- Probeer het uit de taboesfeer te halen.
- Schakel na een melding de ouderwerkgroep in zodat er een luizencontrole kan worden uitgevoerd.

In maart 2011 is de richtlijn aangepast, maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels, jassen en het stofzuigen van de auto zijn niet meer nodig omdat overdracht via beddengoed e.d. nooit wetenschappelijk is aangetoond. Ook het gebruik van luizenzakken en luizencape wordt niet meer actief geadviseerd. De nadruk ligt in het nieuwe advies op kammen, kammen en kammen! Dat is de enige manier om de luizen écht weg te krijgen.

In de bijlagen zitten o.a. voorbeeldbrieven en een schoolkrantartikel die u kunt gebruiken om iedereen te informeren over hoofdluis op school.