

LUIZEN  
TE LIF  
WAT ELKE MAMA & PAPA  
MOET WETEN OVER LUIZEN

## WAT IS EEN LUIS



## HOE KRIJG JE LUIZEN

HOOFDLUIZEN KOMEN ZEER FREQUENT VOOR. IEDEREEN KAN LUIZEN KRIJGEN. HET KRIJGEN VAN HOOFDLUIZEN HEEFT NIETS MET HYGIËNE TE MAKEN: LUIZEN HEBBEN GEEN VOORKEUR VOOR SLECHT GEWASSEN HAREN.

HOOFDLUIZEN ZIJN VERVELENDE BEESTJES DIE HEVIGE JEUK KUNNEN VEROORZAKEN. HOOFDLUIZEN ZIJN GEEN SCHANDE, IEDEREEN KAN ZE KRIJGEN. WANNEER JE HOOFDLUIZEN VASTSTELT, IS HET BELANGRIJK OM ONMIDDELIJK EEN BEHANDELING TE STARTEN EN EROVER TE PRATEN, OM ZO VERDERE VERSPREIDING ZOVEEL MOGELIJK TE VERMIJDEN.

Een hoofdlius is een klein insect dat leeft tussen de haren van de mens. Een luis heeft zes poten en is grijs-wit tot bruin van kleur. Hoofdluizen zitten bij voorkeur op warme, vochtige en donkere plaatsen, zoals achter de oren of in de nek. Ze klampen zich met hun pootjes stevig vast aan de haren.

Een luis voedt zich verschillende keren per dag door het zuigen van kleine hoeveelheden bloed doorheen de hoofdhuid. Tijdens het voeden komt er speeksel van de luis vrij, wat jeuk kan veroorzaken. Zonder bloedmaaltijden sterft een luis na 2 dagen.

De levenscyclus van een luis bestaat uit 3 stadia: larve, nimf en luis. De eitjes van een luis (dit zijn de larven in een omhulsel: de neet) zijn ovaalvormig en ongeveer 0,8 mm groot. Vrouwelijke luizen leggen tot 8 eitjes per dag. Ze plakken hun eitjes net boven de hoofdhuid stevig vast op een haarschacht. Uit die neten komen nimfen. De lege neten blijven achter op de haarschacht.

Nimfen zien eruit als volwassen luizen, maar ze zijn kleiner. De nimfen groeien vervolgens uit tot volwassen luizen. Op je hoofdhuid kunnen luizen tot 30 dagen overleven. Daarbuiten sterven ze snel.

Luizen kunnen alleen kruipen, ze kunnen niet vliegen of springen. Ze verplaatsen zich vooral van het ene hoofd naar het andere hoofd door direct hoofdcontact. Omdat kinderen tijdens het spelen vaker hoofdcontact hebben, zijn zij het vaakst het slachtoffer van een besmetting. Ook huisgenoten van een besmet kind hebben meer kans op luizen.

Luizen kunnen ook overgedragen worden door het gemeenschappelijk gebruik van bijvoorbeeld haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels. Luizen kunnen ook overgaan via kleding als die dicht bij elkaar hangt, bijvoorbeeld aan een kapstok.

## HOE HOU JE ZE WEG

HET IS HEEL MOEILIK OM BESMETTING MET LUIZEN TE VOORKOMEN. JE KUNT WEL DE VOLGENDE GEWOONTEN AANNEMEN.

- Vermijd zo veel mogelijk hoofd-hoofdcontact.
- Vermijd het gemeenschappelijk gebruik van haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels.
- Vermijd overvolle kapstokken: jassen hangen het best ongeveer 15 cm uit elkaar.

Gebruik nooit hoofdliuismiddelen om luizen te voorkomen. Dat heeft geen enkel nut en het verhoogt de kans dat de luizen wennen aan het middel, zodat het niet meer werkt. De haren overvloedig wassen heeft evenmin zin.



# ZO KAN JE LUIZEN OPSPOREN

OM MET ZEKERHEID VAST TE STELLEN OF IEMAND BESMET IS MET HOOFDLUIZEN, IS HET BELANGRIJK DAT JE LEVENDE LUIZEN VINDT. DAT IS GEEN GEMAKKELIJKE OPDRACHT: LUIZEN ZIJN VAAK MOEILIJK TE ZIEN, ZE VERPLAATSEN ZICH ZEER SNEL NAAR DONKERE PLAATSEN.

Luizen kun je het gemakkelijkst opsporen met de nat-kam-test. Daarvoor heb je het volgende nodig: shampoo, crèmespoeling (conditioner), wit keukenpapier of een servet, en een luizenkam. Een goede luizenkam heeft fijne tanden die 0,2 tot 0,3 mm uit elkaar staan. De doorsnede van de tanden moet hoekig zijn, bijvoorbeeld ruitvormig of rechthoekig.

## DE NAT-KAM-TEST IN 10 STAPPEN

- 1 Was de haren met een gewone shampoo.
- 2 Spoel de shampoo uit de haren, maar droog de haren niet af.
- 3 Breng overvloedig conditioner aan op de natte haren.
- 4 Kam de knopen uit de haren met een gewone kam.
- 5 Buig nu voorover en kam de haren systematisch met een luizenkam van achter naar voor, dus van de nek naar het voorhoofd. Begin aan het ene oor en schuif na elke kambeweging op naar het andere oor. Kijk vooral goed achter de oren en in de nek. Druk de luizenkam goed tegen de hoofdhuid aan.
- 6 Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier om te kijken of er luizen aanwezig zijn. Als dat nodig is, kun je de luizen met een tandenstoker uit de kam halen.
- 7 Spoel de conditioner uit de haren, maar droog de haren niet af.
- 8 Kam de haren nu met een gewone kam weer naar achter.
- 9 Kam de haren een tweede keer systematisch met de luizenkam, deze keer van voor naar achter en opnieuw van het ene oor naar het andere.
- 10 Veeg de luizenkam opnieuw na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier.

# HOE LUIZEN BESTRIJDEN

HET IS ERG BELANGRIJK OM IEDEREEN MET LUIZEN GE- LIJKTIJDIG TE BEHANDELEN. ER ZIJN VERSCHILLENDE BEHANDELINGSMETHODEN, MAAR HELAAS WERKT GEEN ENKEL PRODUCT ALTIJD EN BIJ IEDEREEN. ER WORDEN OOK PRODUCTEN EN APPARATEN VERKOCHT WAARVAN DE WERKZAAMHEID NIET GE- NOEG WERD AANGETOOND. DE BEHANDELINGSMETHODEN DIE GOED WERKEN LEES JE HIERNAAST.



## AANDACHTSPUNTJES

De aanwezigheid van luizen is niet schadelijk. Kinderen met luizen moeten dan ook nooit thuisblijven van school.

Als je kind luizen heeft, is het belangrijk dat je het kinderdagverblijf, de school of het CLB zo snel mogelijk daarvan op de hoogte brengt. Die kunnen dan de nodige maatregelen nemen om verdere verspreiding te helpen voorkomen.

Als je kind luizen heeft, controleer dan alle huisgenoten met de nat-kam-test. Alle huisgenoten met luizen moeten gelijktijdig behandeld worden. Anders is de kans groot dat ze elkaar opnieuw besmetten.

Gebruik nooit hoofdluismiddelen als er geen luizen werden vastgesteld. Hoofdluismiddelen helpen niet om besmetting met luizen te voorkomen.

## DE NAT-KAM-METHODE

Voor de nat-kam-methode volg je dezelfde 10 stappen als bij de nat-kam-test. Je moet de nat-kam-methode om de 3 dagen gedurende 2 weken toepassen. Als je bij de laatste kambeurt nog luizen vindt, moet je de behandeling voortzetten.

## HOOFDLUISMIDDELEN

Koop een hoofdluismiddel altijd bij een apotheker en vraag voldoende uitleg over het gebruik van het product.

### DOELTREFFENDE HOOFDLUISMIDDELEN VERKRIJGBAAR BIJ DE APOTHEEK

- 1 Insecticiden:
  - malathion 0,5 % lotion
  - permethrine 1 % lotion
  - depallethrine 0,66 % + piperonylbutoxide 2,64 % spray
- 2 Dimeticone 4 %

**OPGELET!** Hoofdluismiddelen kunnen nevenwerkingen veroorzaken, zoals jeuk en irritatie van de hoofdhuid. Vermijd contact met de ogen en de slijmvliezen. Gebruik deze middelen niet bij kinderen jonger dan 6 maanden, bij zwangere vrouwen of bij vrouwen die borstvoeding geven. Gebruik deze middelen niet in de buurt van een warmtebron zoals een haardroger.

Gebruik het hoofdluismiddel eenmalig en kijk een week later met de nat-kam-test of er nog luizen zijn. Herhaal de behandeling als je na een week nog levende luizen vindt. Als je kiest voor een hoofdluismiddel is het belangrijk dat je hetzelfde middel gebruikt, anders kunnen de luizen gewend geraken aan dit middel waardoor het niet meer werkt. Enkel als je na een tweede toepassing van hetzelfde hoofdluismiddel nog steeds levende luizen vindt, kun je overschakelen op een andere behandelingsmethode.

Kammen en haarborstels moeten na elk gebruik gedurende 5 minuten geweekt worden in water van 60 °C.

Behandel alle gezinsleden met luizen gelijktijdig.

Bij hardnekkige aanwezigheid van luizen kan desinfectie zinvol zijn om een herbesmetting te vermijden. Was kledij, handdoeken, beddengoed en knuffels op 60 °C en herhaal dit na een week. Materialen die niet in de wasmachine mogen kun je ook gedurende 48 uur buiten luchten, gedurende 24 uur in de diepvriezer plaatsen op -18 °C of gedurende twee weken in een afgesloten plastic zak bewaren.



## CONTACT & INFO

Met vragen kan je steeds terecht bij het CLB van je school. Je vindt de contactgegevens op de website [www.ond.vlaanderen.be/club](http://www.ond.vlaanderen.be/club)

Je vindt de info uit de folder ook terug op de website [www.zorg-en-gezondheid.be/luizen](http://www.zorg-en-gezondheid.be/luizen)

Je kan extra folders bestellen via het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid secretariaat afdeling Toezicht Volksgezondheid Koning Albert II-laan 35 bus 33 1030 Brussel tel. 02 553 36 71 e-mail: [toezichtvolksgezondheid@vlaanderen.be](mailto:toezichtvolksgezondheid@vlaanderen.be)

V.U. Chris Vander Auwera Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid Koning Albert II-laan 35 bus 33 1030 Brussel

Uitgave september 2012

Deze folder kwam tot stand in samenwerking met de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg