

Aksjon mot hodelus

Folkehelseinstituttet oppfordrer alle landets skoler og barnehager til å delta på nasjonale, halvårlige aksjoner mot hodelus som organisasjonen *Lusfri Norge* arrangerer hvert år i uke 10 og 35. Vår skole skal delta i uke 10, helgen 6.-8. mars.

Aksjonens målsetning er at samtlige av landets skoleelever og barnehagebarn undersøkes for hodelus. Det er meget viktig at alle på skolen deltar. I tillegg til skoleelevene og de ansatte bør øvrige familiemedlemmer sjekkes for hodelus i aksjonsperioden. Dermed vil risikoen for gjensmitte og antall tilfeller av hodelus over tid reduseres kraftig. Dersom det oppdages hodelus, er det ikke nødvendig å holde barnet borte fra skolen, men behandling bør komme i gang raskest mulig.

Hodelus oppdages ved å gre håret med en lusekam (kjøpes på apoteket). Det er viktig at man grer håret i hele dets lengde, og at man starter helt innerst ved hodebunnen. Folkehelseinstituttet anbefaler greing i vått hår. Vått hår hemmer lusenes bevegelse. Man kan tilsette balsam for å lette greingen. Tørk kammen med tørkepapir eller håndkle etter hvert drag og se etter lus. Når lusene har tørket, vil de begynne å bevege seg rundt. Noen foretrekker å gre i tørt hår. Personen som gres bør da stå bøyd over et hvitt håndkle eller lignende, slik at man oppdager lus som faller ned fra håret. Det viktigste er likevel at man grer.

Dersom hodelus oppdages, er det flere behandlinger som kan gjennomføres for å få bukt med problemet. Man kan 1) behandle med lusemiddel (kjøpes på apoteket), 2) kjemme hyppig (daglig i 14 dager), eller 3) klippe håret kortere enn 0,5 cm. Ved bruk av lusemiddel er det viktig å følge pakningsvedlegget nøye.

Hodelus er ikke farlig, men er plagsomt for den det rammer. Hodelus smitter ved hode-til-hode-kontakt og kan ramme alle, uavhengig av alder, hårtype, osv. Lus blir raskt svekket når de er borte fra hodet. Det er derfor ikke nødvendig å vaske hus, møbler, puter, osv.



(Foto: Preben Ottesen, FHI)

Vi håper alle som har barn på vår skole støtter opp om aksjonen slik at vi i fellesskap kan redusere luseplagen på skolen i fremtiden. Resultater fra forskning viser at det viktigste tiltaket for å redusere antall tilfeller av hodelus er å sjekke ofte. Utover aksjonsperioden bør barna gres minst én gang i måneden, gjerne hver uke.

Les mer om lus på www.fhi.no/tema/lus