

Les mer om hodelus
på www.fhi.no/lus

Hodelus



 folkehelseinstituttet

Utgitt av Folkehelseinstituttet
Postboks 222 Skøyen
0456 Oslo

Bestilling:
www.fhi.no/lus

Design: Grete Soimer • Foto: CDC •

 folkehelseinstituttet



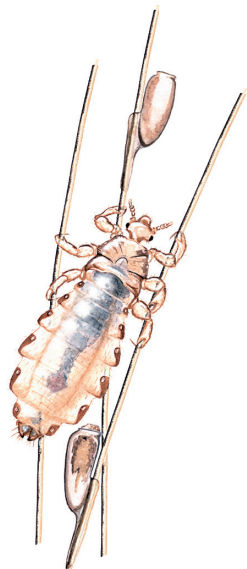
Hodelus kan verken hoppe eller fly, men kryper fra hode til hode ved nærkontakt.
Foto: RubberBall



Omgangskretsen bør informeres når et barn har hodelus.
Foto: RubberBall

HODELUS

Alle med hår på hodet kan få hodelus, uansett alder og hårtype. Lusene suger blod, og bittene kan gi kløe. Det kan ta mange uker fra man blir smittet med lus til kløen starter. Å få hodelus har ingen sammenheng med dårlig hygiene, og lusene kan ikke vaskes bort med vanlig sjampo.



HVORDAN OPPDAGE HODELUS?

- Legg et hvitt håndkle over skuldrene på den som skal sjekkes
- Fuktig hår hemmer lusenes bevegelse
- Kjem hele håret systematisk med en lusekam
- Sjekk både håndkle og kam for lus og egg
- Sjekk barn jevnlig for hodelus, minst én gang i måneden

HVORDAN BLI KVITT HODELUS?

Hodelus kan bekjempes med lusemiddel, ved kjemning eller ved å barbere håret på hodet kortere enn 0,5 cm. Hvis flere i familien eller omgangskretsen har lus, skal alle behandles samtidig for å hindre gjensmitte.

Lusemiddel:

Lusemidler påføres hår og hodebunn. De inneholder stoffer som dreper lus. Noen lusemidler er mer effektive enn andre. Midler som inneholder virkestoffet dimetikon har god effekt. Produkter med permetrin vil ofte ha dårlig effekt fordi mange lus er blitt resistente mot stoffet i Norge. Midler med planteoljer kan ha en effekt, men det er gjort få vitenskapelige tester på dette.

Følg bruksanvisningen på produktet nøye. Husk at bare den eller de som har lus skal behandles fordi det alltid er en liten fare for bivirkninger.

Kjemning:

Kjemning med lusekam må utføres systematisk og grundig hver dag eller annenhver dag i 12-14 dager. Ved kjemning skal håret være vått. Plasser et håndkle over skuldrene for å fange opp lus og egg som faller ned. Etterpå må både håndkle og kam vaskes ved 60 °C eller fryses ned i minst fire timer, for å drepe lus og egg. Kontroller håret ukentlig i tre uker etter siste behandling.

HVORDAN SMITTER HODELUS?

Hodelus kryper fra hode til hode ved nærkontakt. Det er svært liten sjanse for spredning av lus via puter, møbler, kosedyr og klær. Det anbefales likevel ikke å låne børster og kammer av en som har lus.

Et lusetilfelle er sjelden isolert. Uten behandling kan familie og nære venner smitte hverandre gjentatte ganger.



En voksen hodelus måler ca 3 mm.
Foto: Preben Ottosen

LUS I BARNEHAGER OG PÅ SKOLER

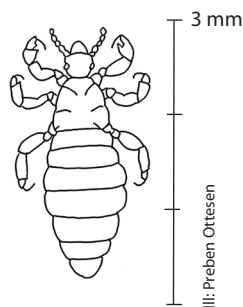
Hvis det oppdages hodelus hos barn i barnehagen eller på skolen, er det ikke nødvendig å sende barnet hjem. Sannsynligvis har barnet hatt lus i lang tid, så noen timer fra eller til har ingen betydning. Barnet kan fortsette i barnehagen eller på skolen som normalt, men bør begynne på lusekur så fort som mulig. Barnehage/skole og vennekrets bør informeres om at et barn i nærmiljøet har hodelus slik at alle kan sjekkes og gjensmitte unngås.



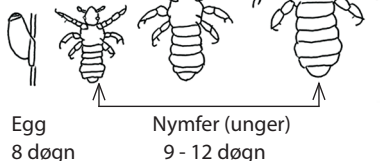
For å finne hodelus i langt hår er det lurt å dele håret i 3-6 hestehaler og gre én hestehale av gangen.
Foto: Lene Solbakken

Luseeggene er godt festet til hårstråene.

Ill.: Hallvard Elven



Ill: Preben Ottosen



Egg
8 døgn

Nymfer (unger)
9 - 12 døgn

Voksen
ca 25 døgn