



## Het LSH - 5 stappenplan

Jaarlijks krijgt zo'n 10 % van de kinderen in het basisonderwijs hoofdluis. Hoofdluis is niet gevaarlijk, maar wel lastig. Als je hoofdluis aantreft is dat geen reden voor paniek. In dit plan lees je welke methodes er zijn en welke stappen je moet ondernemen om er zo snel mogelijk vanaf te komen.

### De methodes

Er zijn 2 methodes om hoofdluis te behandelen:

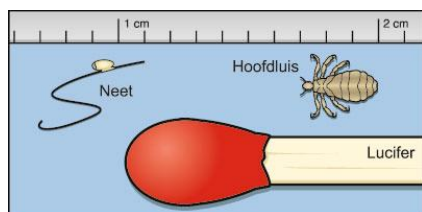
1. Nat Kam methode
2. Behandelen van het haar met een antihooftluismiddel in combinatie met kammen;

Het voordeel van de nat kam methode is dat het goedkoop is en geheel natuurlijk. Het nadeel is dat het erg arbeidsintensief is, en dat de kans dat je een luis over het hoofd ziet (en weer opnieuw moet beginnen) groot is.

Antihooftluismiddelen koop je bij drogistrijen, apotheken en supermarkten en zijn op basis van permethrine, malathion en dimeticon. Chemische bestrijdingsmiddelen werken op basis van malathion of permethrine, ze vergiftigen de luis. Evenals de nat kam methode leidt een behandeling met dimeticon niet tot resistentieontwikkeling. Middelen op basis van dimeticon zijn mede daarom ook aanbevolen door het RIVM en dan specifiek een geregistreerd geneesmiddel. Kammen in combinatie met een antihooftluismiddel is bewezen effectief.

### Stap 1 - Voorbereiding

Kies voor de nat kam methode of voor een antihooftluismiddel in combinatie met kammen. Zorg dat je de gewenste producten in huis hebt, of haalt. Het is altijd verstandig om preventief een antihooftluismiddel in huis te hebben. Zorg dat je sowieso een luizenkam/netenkam in huis hebt.



Controleer het hele gezin. Kam boven een wit vel of de wastafel. Het verschil tussen dode en levende neten is soms moeilijk te zien. Nieuwe (pas gelegde) neten zitten vlakbij de hoofdhuid aan de haren geplakt. Dode (lege) neten groeien mee met het haar en zitten verder van de hoofdhuid verwijderd.

### Stap 2 - Behandelen

*Als je voor een antihooftluismiddel gekozen hebt:*

Behandel de besmette gezinsleden met het middel, conform de instructies in de bijsluiters of de gebruiksaanwijzing. Behandel niet preventief met middelen tegen hoofdluis! Dit heeft namelijk geen zin en indien chemische producten gebruikt worden, werkt dit resistentie in de hand.

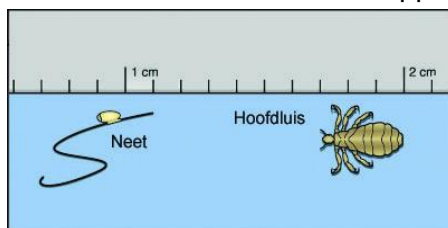
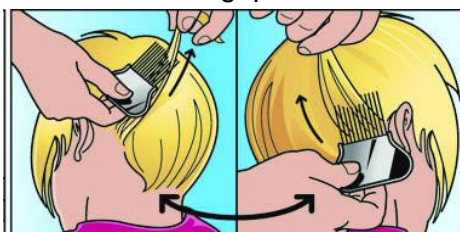
### Stap 3 - Kammen

Kam het haar eerst goed door met een gewone kam. Was het haar met gewone shampoo en spoel het haar uit. Breng vervolgens ruim crèmespoeling in het haar en spoel dit NIET uit. Kam vervolgens alle luizen en neten uit het haar volgens de kaminstructies.

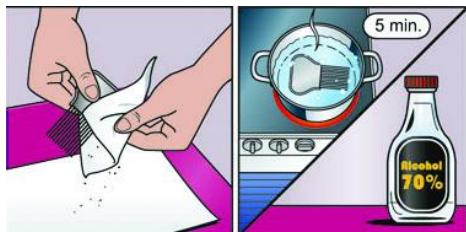
#### *Kaminstructies:*

Kam gedurende 14 dagen elke dag het haar met een luizenkam/netenkam, eventueel in combinatie met crèmespoeling. Per kambeurt moet je rekenen op ongeveer 15 minuten. Je gaat als volgt te werk:

- Bescherm de ogen met een washandje en kam dan eerst met een gewone kam de klitten uit het haar.
- Houd het hoofd voorover boven een wasbak of een stuk wit papier. Pak de luizenkam/netenkam en kam het haar van achter naar voren, tegen de hoofdhuid aan; start bij het ene oor en schuif, plukje voor plukje, na elke kambeweging op naar het andere oor. Vastgeplakte neten kan je eventueel losweken door te deppen met azijn.



- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een witte papieren servet of zakdoek en kijk of je luizen ziet. Spoel gevonden luizen door de wc of wasbak.
- Ga regelmatig over dezelfde gebieden heen voor de zekerheid. Let extra op haar dicht bij de hoofdhuid, achter de oren, in de nek en haar hangend over het voorhoofd.



-Spoel vervolgens de crèmespoeling uit het haar en maak de kam goed schoon. Je kunt de kam 5 minuten uitkoken of ze ontsmetten met alcohol(70%). Maak de luizenkam na gebruik van elk gezinslid steeds grondig schoon.

### Stap 4 – informeer je omgeving

Waarschuw de school, dan kunnen ook andere ouders weer extra opletten. Waarschuw ook de ouders/verzorgers van vriendjes/ vriendinnetjes, een logeetje, sportverenigingen etc. zodat daar ook gecontroleerd kan worden.

### Stap 5 – Blijf alert

Blijf de eerste 2 weken dagelijks kammen. Als je opnieuw (levende) hoofdluizen constateert, volg je het stappenplan opnieuw vanaf stap 1. Blijf na 14 dagen alle gezinsleden één keer per week controleren met een luizenkam/netenkam, zeker zolang er hoofdluis heerst.

### Let Op - Wassen en Stofzuigen is niet meer nodig.

Het advies voor een grondige schoonmaak van het huishouden wordt ingetrokken. Er is geen wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van de aanvullende maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels en jassen, het stofzuigen van de auto of het gebruik van luizencape of -zakken. Dit kan veel tijd en stress schelen!

**Kijk voor meer informatie op de website van het Landelijk Steunpunt Hoofdluis:**  
[www.hoofdluis.org](http://www.hoofdluis.org)