



Huvudlöss

Lusen är två till tre millimeter lång. Färgen är grå, brun, svart eller röd om de har sugit blod. Den är platt och vinglös och har tre par kloliknande ben som den klamrar sig fast på hårstråna med. Huvudlusen lever av människans blod och finns bara i hår och hårbotten. Om den kommer utanför huvudet kan den leva högst ett dygn.

Att få löss har **inget med dålig hygien att göra**, lössen trivs lika bra i rent, nytvättat hår.

Hur sprider sig löss?

Huvudlöss förflyttar sig genom att krypa runt bland hårstråna. De kan inte flyga eller hoppa. De kan varken orsaka eller sprida sjukdomar. Lusen förökar sig genom att honan lägger ägg. Äggen är ungefär en millimeter långa och gulvita och sitter på hårstråna nära hårbotten.

Huvudlöss sprids vanligen genom nära kontakt huvud mot huvud. Eftersom lusen kan överleva upp till ett dygn utanför hårbotten kan man inte utesluta spridning via kammar, borstar, hårspännen, rid- och cykelhjälm eller mössor som de senaste timmarna använts av en person med löss. Däremot sprids löss inte via leksaker. Rengör alltid de föremål som kan ha varit i kontakt med löss eller lägg dem i frysen ett dygn. I samband med behandlingen av lössen rekommenderas att även byta sänglinne. Barnen bör uppmanas att inte i onödan låna varandras mössor, kammar och dyl.

Hur upptäcker man lössen?

Oftast kliar det i hårbotten om du har löss, men du kan ha löss utan att det kliar. Det kliar på grund av att du blir överkänslig mot lusens saliv. Klådan kommer först 4-6 veckor efter att du smittats. Svart pulver på kudden eller kragen, kan vara lusens avföring och ett tecken på löss.

Kamma noga igenom håret med en speciell luskam över ett vitt papper. Lössen ramlar då ner på pappret och man kan ofta se dem med blotta ögat eller med hjälp av ett förstoringsglas.

Man kan också hitta lusägg på hårstrån i hårbotten – lusäggen är ofta lättare att se än själva lusen.



Hur behandlar man löss?

På apoteket finns flertalet receptfria produkter för behandling av löss, men det viktigaste är att det innehåller dimetikon. Dimetikon finns som schampo, sprej och lösning. Följ bruksanvisningen noga!

Upprepa behandlingen efter sju dagar.

Kontakt hår mot hår ska undvikas tills du har gjort dessa två behandlingar.

Lössen dör inte omedelbart varför man bör kamma igenom håret med en luskam 2 gånger i veckan, 2 veckor efter sista behandlingen för att vara säker på att det inte kommer några nya löss eller ägg. Lusäggen kan överleva schamponeringen.

Om behandlingen ska lyckas är det viktigt att alla i den drabbade personens omgivning, både familj, dagis- och skolkamrater undersöks och eventuellt behandlas.

Barn behöver inte vara hemma från förskola eller skola om lössen har behandlats ordentligt enligt bruksanvisningen, men meddela alltid daghemspersonal, klasslärare eller skolhälsovårdare vid upptäckt av löss i ert hem.

Leta efter löss innan skolstart

Det är störst risk att få huvudlöss på sommaren, när de är som mest aktiva. När skolterminen börjar kan lössen spridas. Luskamma därför barnen och behandla de barn som har levande löss innan skolan börjar. Det är det bästa sättet att förhindra lusepidemier.

Det viktigaste är att ha tålamod under en lusbehandling!