

## Huvudlöss

Vem som helst kan få huvudlöss. Det har ingenting med hygien att göra. När skolterminen börjar kan lössen spridas därför vill vi ha er hjälp! Helgen 14-15/1 är det luskamning. Om ni som förälder luskammar era barn och er själva denna helg, behandlar om det finns löss, så kan bekymret med löss minskas.



© Lotta Persson

För att vara säker på att du har huvudlöss måste du ha upptäckt löss i håret. De är en till tre millimeter långa och genomskinliga. Färgen varierar från grå, brun, svart till röd beroende på när de har sugit blod. De unga lössen kan vara små och svåra att upptäcka.

### Hitta löss med hjälp av luskam

Enklaste sättet att upptäcka löss är att använda en luskam, kammen ska ha tätta och styva tänder. Om kammen är ljus syns lössen bäst. Kamma igenom hela håret noggrant, från hårbotten längs hela hårstrået. Det kan vara bra att kamma håret över ett vitt underlag, till exempel ett lakan, eller en spegel. Om du använder balsam håller sig lössen stilla och blir lättare att upptäcka. Stryk av kammen på ett vitt papper efter varje kamtag. Om det finns löss i håret fastnar de i kammen eller hamnar på underlaget.



© Lotta Persson

Se bildspel om luskamning på [www.1177.se](http://www.1177.se)

### Leta efter lusägg

Du kan också leta efter lusägg på hårstrået nära hårbotten. De kan vara lättare att upptäcka än själva lössen. De ägg som innehåller den blivande lusen är mörka.

De tomma äggen är ljusa, ofta gulvita, ovala, ungefär en millimeter långa och följer med hårstråets utväxt.

Även om du hittar lusägg på hårstrån är det inte säkert att du har levande löss, eftersom äggen kan vara kläckta och tomma. Om du bara hittar tomma ägg ska du inte börja någon behandling. Äggen försvinner när hårstrået växer ut. Du kan också försöka kamma bort dem.

Det är bara om du har upptäckt levande löss som du ska behandla med något medel. Du ska inte behandla huvudlöss i förebyggande syfte då effekten är osäker.

Rådgör med barnavårdscentralen eller en vårdcentral innan du behandlar barn under två år.

Alla som har löss i en familj eller grupp ska behandlas samtidigt för att minska risken för återsmitta.

Behandla med lusmedel

Det finns olika typer av lusmedel. Dels så kallade [medicintekniska produkter](#) och dels läkemedel.

Oavsett vilken produkt du använder är det viktigt att följa bruksanvisningen noga. Efter behandlingen ska du finkamma håret för att få bort döda löss och ägg.

Fråga på ett apotek om du är osäker på vad du ska välja.

Fortsätt kamma håret efter behandlingen

Luskammen är ett bra redskap för att kontrollera att behandlingen fungerar och för att skada löss och ägg.

Fortsätt att luskamma håret noggrant två till tre gånger i veckan under två veckor efter sista behandlingen. Det gör du för att vara säker på att lössen verkligen försvunnit. Gör gärna luskamning till en rutin 1g/vecka för att förebygga epidemier.

Mvh

Skolsköterska Liselott