

# Lus



Information til forældre om  
forbyggelse og behandling af lus



## Fakta om lus

Lus elsker børn, og derfor er der rigtig mange børnefamilier, der med ærgrelse har opdaget, at man har fået uvelkomne gæster i familien. 69 % af alle børnefamilier har haft lus, og næsten en fjerdedel har haft det mere end 5 gange.

Lus kan være svære at få øje på, fordi de bevæger sig lynhurtigt og let gemmer sig i hårbunden, men hvis man opdager flere små glinsende brunlige luseæg ca.  $\frac{1}{2}$ -1 cm fra hårbunden, så er det sikkert tegn på, at der er levende lus i håret.

kilde: [www.hedrin.dk](http://www.hedrin.dk)



# En lus bliver lynhurtigt til mange

Lus skal behandles straks man opdager dem, da de meget hurtigt former sig. En hunlus lægger mellem 3 og 5 æg om dagen, som klækkes efter 7 dage.

Ofte opdager man først lus, fordi det klør i hårbunden, men man kan sagtens have lus, selvom der ikke er kløe. Tjek derfor regelmæssigt dit barns hår med en tættekam.

**Vi anbefaler at barnets hår tjekkes for lus en gang ugentligt uanset om barnet har lus eller ikke.**

## Sådan smitter lus

Lus lever i hovedbunden. Her lever de af at suge blod. Lus kan hverken hoppe eller flyve. Derfor skal der tæt hovedkontakt til for at blive smittet. Lus spreder sig ikke gennem tøj, huer, bamser eller sengetøj. Lus smitter ved direkte hår-til-hår kontakt, og derfor er det typisk børn, der smittes gennem leg og har lus med hjem til resten af familien. Også mange unge får lus, og det kan skyldes, at unge ofte sidder tæt med direkte hår-kontakt, fx. når de vil vise hinanden noget på mobiltelefonen.

# Forebyg lus i familien

Et meget vigtigt element i forebyggelsen af lus er, at du jævnligt tjekker dit barn for lus – helst en gang om ugen. Man kan lave en rutine, hvor man på en fast dag i løbet af ugen finder tættekammen frem og tjekker barnets hår for lus og luseæg. Det er vigtig at tjekke jævnligt, da symptomerne på lus ofte først optræder, når lusene er blevet til rigtig mange.

Vi anbefaler, at du bruger balsam, når du skal tjekke barnets hår for lus, det gør det nemmere at kæmme håret, og balsam får lusene til at sidde stille.

På [www.farvellus.dk](http://www.farvellus.dk) kan du se et videoklip som viser, hvordan man kæmmer barnets hår korrekt.

## Højsæson året rundt

Engang talte man om deciderede højsæsoner for lus, men i dag giver det ikke så meget mening. Det er sæson for lus året rundt. Det har vist sig at piger oftere får lus end drenge. Det kan skyldes, at piger ofte har længere hår, som gør det nemmere for lus at kravle over i. Man kan forebygge smitte med hovedlus ved at sætte håret op.



Brug tættekam - og brug den ofte!

## Sådan kæmmer du:

- Gør alt håret vådt og kom balsam i.
- Lav en skilning i midten, og red først håret igennem på den ene side, der efter på den anden side af skilningen.
- Red herefter håret forfra og bagover – hele vejen fra panden til nakken.
- Slut af med at rede håret fra nakken og helt ud til spidserne. Her er det en hjælp at lade hovedet hænge nedad.

Det er vigtigt at gå systematisk frem for at sikre, at alt håret er blevet redt igennem. Husk også, at tættekammens tænder skal helt ned og nå hovedbunden.

# Del ikke børste og kam, hvis I har lus i familien

Der er ingen grund til at lægge sengetøj og yndlingsbamsen i fryseren. Lus, der er faldet ud af håret, er enten døde eller svækkede, og de finder ikke tilbage til håret igen. Dog bør man ikke dele kam og børste med hinanden, hvis der er lus i familien. Børster og kamme skal vaskes grundigt med sulfo efter brug.

Hvis man er ordentligt forberedt på et luseangreb, kan man ofte nå at bekæmpe lusene, inden de når at bide sig rigtig fast og inden de formerer sig i håret.

Vi anbefaler, at du orienterer dig på nedenstående web.sider, som giver nyttig information om lus og de forskellige effektive lusemidler, der findes på markedet.

## Vigtige links:

- [www.farvellus.dk](http://www.farvellus.dk)
- [www.hedrin.dk](http://www.hedrin.dk)
- [www.linicin.dk](http://www.linicin.dk)
- [www.luseguiden.dk](http://www.luseguiden.dk)

Her findes gode ideer til, hvordan man kæmmer barnets hår korrekt, og hvilke midler som effektivt behandler og forebygger luseangreb hos dit barn og resten af familien. Hedrin og Linicin er effektive lusemidler som er allergivenlige og helt ufarlige for dit barn.

Spørg om råd og vejledning på apoteket, hvis du er i tvivl om, hvilket lusemiddel, du skal vælge.

# Åbenhed om lus er vigtigt både i daginstitutionen og skolen

Det er meget vigtigt at være åben omkring luseangrebet, som kan ramme alle.

Husk derfor altid at informere dit barns daginstitution, skole, SFO og øvrig omgangskreds, hvis dit barn er blevet ramt af lus. På den måde kan andre børn i barnets omgangskreds også blive tjekket og kæmmet for lus. Kun via fælles indsats kan man lykkes med at stoppe smittekæden og komme lusene til livs.



Hjørring Kommune

**Sundhedsplejen**   
sætter spor

## Sundhedsplejen

Hjørring Kommune

Springvandspladsen 5

9800 Hjørring

72 33 35 06

[sundhedsplejen@hjoerring.dk](mailto:sundhedsplejen@hjoerring.dk)

[www.sundhedsplejen.hjoerring.dk](http://www.sundhedsplejen.hjoerring.dk)

november 2016

Foto: Colourbox