

Luizen

Luizenalarm? Geen paniek. Luizen zijn niet schadelijk, maar wel erg vervelend. Je leest hier hoe je ze opspoot en hoe je er van afgeraakt. En o ja: wie luizen heeft, vertelt dat beter meteen verder. Zo ga je de verspreiding tegen.

Doe de natkamtest



Dit heb je nodig:

- een goeie luizenkam
- shampoo
- conditioner
- wit keukenpapier
- een tandenstoker

De luizentest in 15 minuten

Luizen vaststellen is uitdagend: de beestjes zijn razendsnel.

1. **Was** het haar met shampoo en spoel het uit.
2. Doe heel **veel conditioner** op het haar. Spoel het nog niet uit! Door de conditioner kunnen de luizen minder snel lopen. Je kan ze dus gemakkelijker

zien!

3. **Kam** daarna de knopen uit het natte haar met een gewone kam.
4. Buig voorover en kam met een goeie **luizenkam** van nek tot voorhoofd. Doe dat **haarlok per haarlok**. Begin bij het ene oor en eindig bij het ander. Duw de kam dicht tegen de hoofdhuid aan!
5. **Veeg** de luizenkam telkens **af** aan het **witte keukenpapier** en kijk of je luizen kan zien. Pruts eventueel de luisjes van tussen de luizenkam met een tandenstoker.
6. **Spoel** de conditioner uit het haar.
7. **Kam** het haar met een gewone kam weer naar achteren.
8. Kam deze keer in de **andere richting** met de **luizenkam**: van voorhoofd tot nek. Begin ook deze keer bij het ene oor en eindig bij het ander. Duw de luizenkam dicht tegen de hoofdhuid aan!
9. **Veeg** de luizenkam opnieuw **af** aan het **witte papier**. Kijk of je luizen kan zien. Pruts opnieuw eventueel de luisjes van tussen de luizenkam met een tandenstoker.
De hele kambeurt duurt zeker 15 minuten!

Luizen gevonden?

Thuisblijven omdat je luizen hebt hoeft helemaal niet! Om verspreiding tegen te gaan, laat je het best zo snel mogelijk weten aan de school, CLB en iedereen in de directe omgeving.

Luizen bestrijden: kammen, wassen, vriezen

1. Om de 3 dagen de kam er door

Kam de natte haren twee keer per week zoals in de luizentest beschreven staat (om de 3 à 4 dagen). Doe dat minstens gedurende 2 weken! Vind je op het einde van die 2 weken nog luizen, dan doe je er 2 weken bij en zo verder tot alles weg is. Langer dan 2 weken behandelen is helemaal niet zo uitzonderlijk. Vergeet niet om dit ook bij andere gezinsleden te doen!

2. Wassen op 60° of diepvriezen op -18°

Dompel kammen en haarborstels na elk gebruik (!) minstens 5 minuten onder in

water van 60°. Blijven luizen terugkomen, was dan kledij, lakens, dekens, knuffels en handdoeken op 60°C. Wat niet in de wasmachine mag, stop je gedurende 24u in de diepvriezer op -18°C of 2 weken lang in een strak afgesloten plastic zak.

3. **Luizenshampoo**

Eventueel kan je daarbovenop een hoofdluizenmiddel gebruiken. Vraag raad aan je apotheker en volg altijd de richtlijnen in de bijsluiter. Gebruik ze niet meer dan 2 keer na elkaar. Gebruik geen hoofdluizenmiddel als je geen luizen hebt. Preventief werkt het toch niet en zo'n product is best giftig.

Bekijk ook het filmpje op youtube van Klasse: Luizen? Met dit stappenplan pak je ze aan // Ziezo! 3

https://www.youtube.com/watch?v=QPws_SO1_mU