

Algemene informatie over HOOFDLUIS

Onderstaande informatie is afkomstig van het RIVM.

Hoofdluis voorkomen

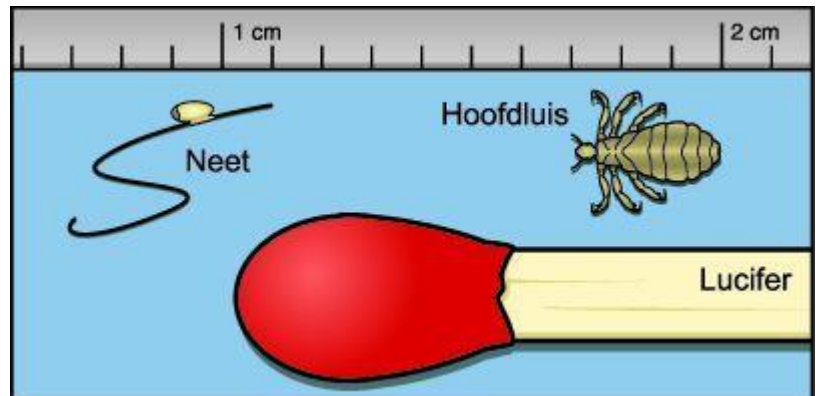
Ook bij hoofdluis geldt: Voorkomen is beter dan genezen, dus ons advies is: Regelmatig kammen!

Kam liefst elke week na het haren wassen maar in ieder geval:

- voorafgaand aan een controle op school;
- als er hoofdluis in de klas of bij bekenden geconstateerd is;
- als je je kind regelmatig ziet krabbelen.

Hoe zien luizen en neten eruit?

Een volwassen hoofdluis is ongeveer 3 mm groot en grijsblauw van kleur of roodbruin, indien de luis zich gevoed heeft. De eitjes (neten) van hoofdluis zijn ongeveer 1 mm groot. Ze zijn grijs-wit en kunnen in eerste instantie lijken op roos. De neten kleven stevig vast aan de haren en kunnen dus niet simpel worden uitgeschut.



Opsporen van hoofdluis

De aanwezigheid van luizen kan worden vastgesteld door het haar te kammen met een luizenkam/netenkam boven een stuk wit papier. De luizen zullen op het papier vallen als kleine grijsblauw of roodbruin gekleurde spikkels. Daarnaast is het verstandig om het haar achter de oren en in de nek worden extra te inspecteren op de aanwezigheid van luizen.

[Klik hier voor uitgebreide kaminstructies](#)

Hoofdluis behandelen

Het kan natuurlijk toch gebeuren dat een of meerdere leden van je gezin toch hoofdluis hebben opgelopen. Aangezien luizen overlopers zijn, is de kans aanwezig dat andere gezinsleden ook hoofdluis hebben. Het is daarom van belang met een luizenkam/netenkam het hele gezin te controleren. [Klik hier voor uitgebreide behandelinstructies](#)

Algemeen

1. Wat is hoofdluis?

De hoofdluis is een parasiet: het beestje leeft van mensenbloed. Hij zoekt graag behaarde en warme plekjes op zoals achter de oren, in de nek of onder een pony. Een hoofdluis is ongeveer 3 millimeter groot en grijsblauw of, nadat hij bloed opgezogen heeft, roodbruin van kleur. Een neet (eitje) is ongeveer 1 mm groot en is grijs-wit. In eerste instantie kan het lijken op roos. Het verschil is dat roos los zit terwijl neten juist aan de haren kleven. Neten die dichtbij de hoofdhuis zitten, bevatten eitjes. Als de neten een paar centimeter van de hoofdhuid vandaan zitten, dan zijn ze uitgekomen en leeg. Als het haar groeit komen de uitgekomen neten steeds verder van de hoofdhuid af te zitten.

Mensen en alle diersoorten hebben een eigen luizensoort. Dierenluizen kunnen niet overleven op mensen en andersom. Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo. Een jonge luis is na 7-10 dagen volwassen en is dan zelf klaar om eitjes te leggen. Snel ingrijpen is bij hoofdluis dus erg belangrijk.

2. Hoe krijg je hoofdluis?

Hoofdluis kun je krijgen door direct haar-op-haar contact met iemand die hoofdluis heeft. De luizen lopen van het ene hoofd naar het andere. Springen kunnen ze niet. Kinderen tussen de 3 en de 12 jaar krijgen vaker hoofdluis omdat ze tijdens het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken.

Een hoofdluis kan alleen op het hoofd overleven, ze sterven snel wanneer ze van hun 'voedselbron' af zijn. Hoofdluizen kunnen tussen 8-24 uur overleven zonder voedsel en warmte, anders drogen ze uit en sterven ze. Vanaf het moment dat ze van het hoofd af zijn, zijn ze echter dusdanig zwak dat een besmetting onwaarschijnlijk is. Overdracht via kammen, knuffels, beddengoed en kleding is nooit wetenschappelijk aangetoond.

3. Waarom zijn er na de zomer- en herfstvakantie vaak epidemieën van hoofdluis?

Na vakanties lijkt het vaak alsof er epidemieën zijn doordat dan veel schoolkinderen gecontroleerd worden. Hoofdluis komt dan niet zozeer meer voor, maar wordt simpelweg vaker ontdekt.

4. Is het erg om hoofdluis te hebben?

Hoofdluis is beslist geen drama en je hoeft jezelf niets te verwijten als je kind hoofdluis heeft. Het is betrekkelijk onschadelijk, maar het kan jeuk geven. En door krabben kunnen er infecties ontstaan. Iedereen (volwassenen en kinderen) kan ze krijgen. Het krijgen van hoofdluis heeft helemaal niets te maken met lichamelijke hygiëne.

5. Hoe ontdek je hoofdluis bij iemand?

Hoofdluis begint soms met jeuk, maar niet altijd. Als je controleert kijk dan goed tussen de haren, vooral achter de oren en in de nek. Je ziet de hoofdluizen dan bewegen. Ook als je geen luizen ziet maar wel grijs-witte puntjes, is er waarschijnlijk sprake van hoofdluis. Die puntjes, de eitjes (neten), kunnen zich ontwikkelen tot luizen.

Controleer door het haar met een luizenkam/netenkam boven wit papier of de wasbak te kammen. De luizen zullen op het papier of in de wasbak vallen als kleine grijsblauw of roodbruin gekleurde spikkels. Wanneer je zonder kammen controleert, is de kans groot dat je luizen over het hoofd ziet. Controleren met een luizenkam/netenkam is 4 maal effectiever dan alleen visuele inspectie.

6. Als ik luizen heb ontdekt, wat dan?

[Volg deze link voor het LSH 5 stappen plan](#)

Behandeling

Er zijn twee manieren om hoofdluis te behandelen:

- Alleen kammen
- Kammen in combinatie met een antihoofdluismiddel

7. Hoe werkt uitkammen?

Kam gedurende 14 dagen elke dag het haar met een luizenkam/netenkam, eventueel in

combinatie met crèmespoeling. Je gaat als volgt te werk:

- Maak het haar door en door nat. Verdeel crèmespoeling door het haar.
 - 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 kam en kam het haar van achter naar voren, tegen de hoofdhuid aan; start bij het ene oor en schuif, plukje voor plukje, na elke kam beweging op naar het ander 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, inde 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 ontsmetten met alcohol(70%).
- De uitkam methode is effectief maar biedt geen 100 % garantie.

8. Als ik kies voor een antihoofdluismiddel, welk middel dan en hoe werkt het?

Als je een antihoofdluismiddel wilt gebruiken, kies dan in ieder geval voor een geregistreerd product. Dit wil zeggen dat het College ter Beoordeling van Geneesmiddelen het middel beoordeeld heeft en werkzaam en voldoende veilig vindt. Bij de beoordeling worden middelen onderzocht op basis van kwaliteit, veiligheid en werkzaamheid. In Nederland zijn meerdere middelen. Deze zijn op basis van Dimeticon, Malathionen Permetrine. Malathion en permetrine hebben een chemische werking. Dimeticon werkt op een fysische manier. Het RIVM geeft de voorkeur aan producten op basis van dimeticon. Zo is te lezen in het **LCI-protocol Hoofdluis** van het RIVM:

‘Middelen op basis van dimeticon hebben de voorkeur omdat deze middelen geen insecticiden bevatten en omdat er geen resistentie kan ontstaan tegen deze middelen. Geadviseerd wordt een middel met Dimeticon te gebruiken dat is geregistreerd als geneesmiddel.

Op dit moment is dit alleen XTLuis Lotion. Behandelingen van het haar met een antihoofdluismiddel in combinatie met dagelijks kammen van het haar met een fijntandige kam gedurende 14 dagen, is bewezen effectief. Fijntandige kammen zijn beschikbaar bij drogist, apotheek en online.’

Hoe het werkt is te lezen in de bijsluiter/gebruiksaanwijzing van de producten. Volg de werkwijze die daarin staat. Na 1 week dient bij de meeste producten de behandeling met het antihoofdluismiddel herhaald te worden. Lees altijd goed de gebruiksaanwijzing of de bijsluiter. Verder is het belangrijk om na de behandeling de dode luizen met een fijntandige kam uit het haar te kammen en ook om 2-3 dagen na de behandeling nog eens te controleren of de hoofdluizen verdwenen zijn.

Bovendien moet de behandeling met antihoofdluismiddelen gecombineerd worden met de uitkam methode: twee weken het haar dagelijks doorkammen met een fijntandige kam in combinatie met een antihoofdluismiddel is bewezen effectief.

9. Bestaan er natuurlijke middelen tegen hoofdluis?

Er bestaan producten tegen hoofdluis die zijn gebaseerd op olie, maar daarvan is niet bewezen dat ze werken. Geregistreerde homeopathische middelen tegen hoofdluis bestaan niet. Eigenlijk is de uitkam methode het meest natuurlijke middel tegen hoofdluis.

10. Wanneer kan ik beter geen antihoofdluismiddel gebruiken?

Bij zwangerschap en het geven van borstvoeding worden antihoofdluismiddelen in het algemeen afgeraden. Als kammen niet helpt kan in de zwangerschap of tijdens borstvoeding Dimeticon worden gebruikt (raadplaat eventueel hiervoor uw huisarts). Baby's onder de zes maanden mogen nooit worden behandeld met antihoofdluismiddelen! Pas in deze gevallen alleen de uitkam methode toe.

11. Wat als de hoofdluis na twee weken behandelen niet weg is?

Als je geen middel gebruikt hebt, dan is het verstandig om de behandeling te herhalen in combinatie met een antihoofdluismiddel. Heb je wel een antihoofdluismiddel gebruikt dan is de behandeling waarschijnlijk mislukt of er is opnieuw een besmetting geweest. Behandel dan opnieuw en volg de bijsluiter of gebruiksaanwijzing nauwkeurig. Ga door met het dagelijks doorkammen en eventueel de andere maatregelen.

12. Hoe zorg ik ervoor dat de hoofdluis niet terugkomt?

Immuniteit tegen hoofdluis bestaat niet en van de werking van preventieve producten is geen wetenschappelijk bewijs. Regelmatig controleren is eigenlijk de enige manier om hoofdluis en de terugkomst daarvan te voorkomen. Gebruik geen preventieve middelen, die werken niet.

13. Welke andere maatregelen moet ik nemen?

Het advies voor aanvullende maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels en kleding etc. is ingetrokken door het RIVM. Er is namelijk geen wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van deze maatregelen.

Indien hoofdluis is aangetroffen, dient iedereen in het huishouden te worden gecontroleerd op hoofdluis door hun natte haar te kammen met een luizenkam. Regelmatig controleren is uiteindelijk de beste maatregel die er is.

14. Kun je met hoofdluis naar school, sportclub of kinderopvang?

Ja, er is geen reden om thuis te blijven nadat de besmette persoon behandeld is. Wel is het belangrijk om het te melden op school, sportclub of kinderopvangcentrum. Ook moeten kinderen zo veel mogelijk direct hoofd-tot-hoofd contact met vriendjes en vriendinnetjes vermijden tijdens het hebben van hoofdluis en vlak na een antihoofdluisbehandeling.

15. Wat doet de GGD?

De GGD adviseert en coördineert bij de bestrijding van hoofdluis. Dit doen zij door voorlichting te geven aan scholen, leerkrachten en ouders. De GGD volgt daarbij het LCI-protocol Hoofdluis van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Deze is de loop der jaren meerdere keren aangepast. Echter hebben niet alle GGD's in Nederland, de nieuwste versies opgenomen. Het LCI-protocol Hoofdluis is [hier](#) te lezen.

16. Wat kan een school of kinderopvangcentrum doen?

Instellingen kunnen ondersteuning vragen aan de GGD en daarnaast ouders inschakelen bij de bestrijding van hoofdluis. Zo kan een school bijvoorbeeld een ouderwerkgroep instellen die kinderen regelmatig controleert op hoofdluis. Of een werkgroep die helpt bij het geven van voorlichting en advies. Een school kan bovendien zorgen voor een standaardprocedure over hoe om te gaan met hoofdluis. De procedure moet bekend gemaakt worden bij ouders en leerkrachten en jaarlijks geëvalueerd worden. Het is altijd handig om één Coördinator Hoofdluis aan te stellen die het aanspreekpunt wordt voor ouders, het luizenteam en de

school en die er voor zorgt ervoor dat het protocol wordt nageleefd. Niet alle ouders willen dat hun kind gecontroleerd wordt door een andere ouder. De school kan dit ondervangen door de luizencontrole in het schoolreglement op te nemen en door die ouders op het hart te drukken zelf te controleren. Daarnaast kunnen ouders én kinderen gestimuleerd worden om regelmatig te controleren op hoofdluis, en hoofdluis te melden aan de school. Als een kind hoofdluis heeft, is het verstandig om alle kinderen uit die groep een informatiebrief over hoofdluis mee naar huis te geven.

Informatie over het opzetten van een hoofdluis protocol voor basisscholen

17. Hoe groot is het probleem in Nederland?

Dat is niet exact te zeggen. In Nederland is er geen instantie die zich bezighoudt met de registratie van hoofdluis. Het Landelijk Steunpunt Hoofdluis wil vaker actief gaan meten. Dat gaat nu ook gebeuren bij de opkomende Landelijke Luizendag. Bij de nationale campagne van Landelijk Steunpunt Hoofdluis in 2010 werden bij 30 van de 140 (21,4 %) deelnemende scholen, luizen of neten gevonden. In totaal werd slechts bij 0,2% van het totaal aantal onderzochte leerlingen luis gevonden (98 van 37.518 leerlingen).

18. Helpen luizenzakken?

Nee. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat luizenzakken niet bijdragen aan het voorkomen van hoofdluis.

19. Verantwoordelijkheid van de ouders

Ouders zijn zelf verantwoordelijk dat hun kinderen zonder luis naar school komen. Scholen bieden alleen ondersteuning.

Wij adviseren alle ouders om liefst wekelijks, maar in ieder geval aan het eind van elke schoolvakantie de hoofden van hun kinderen te controleren op hoofdluis met een luizenkam/netenkam om er zo voor te zorgen dat ze hoofdluisvrij naar school komen.

[Kam instructies voor ouders](#) (preventie)

Feiten over hoofdluis

- Hoofdluizen kunnen niet springen, vliegen of zwemmen, alleen lopen. Direct haar-op-haar contact is de enige manier om het op te lopen. De luis maakt geen onderscheid tussen schoon of vies haar, met een slechte lichamelijke hygiëne heeft het dus niets te maken.
- Alle mensen en diersoorten hebben een eigen luizensoort. Dierenluizen kunnen dus niet overleven op mensen en andersom.
- Immuniteit tegen hoofdluis bestaat niet. Er kan voortdurend een (her-)besmetting plaatsvinden. Er is onvoldoende bewijs dat preventieve middelen/producten effectief zijn.
- Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond, dat luizencape/luizenzakken niet bijdragen aan het voorkomen van hoofdluis. Wanneer luizen gescheiden zijn van het menselijk lichaam kunnen ze maar kort overleven en worden de luizen dusdanig zwak dat een besmetting onwaarschijnlijk is.
- Hoewel hoofdluizen niet kunnen zwemmen, verdrinken ze niet tijdens het zwemmen of tijdens het wassen van de haren. Ze kunnen zo'n 2 uur overleven onder water.

- Hoofdluizenbesmetting via zwemmen is niet mogelijk. Hoofdluizen houden zich heel goed vast aan het haar. Als ze het haar eenmaal los hebben gelaten, zijn ze dusdanig verzwakt, dat ze niet in staat zijn om nieuwe besmettingen te veroorzaken als ze al drijvend per toeval een ander kinderhoofd weten te bereiken.
- Er is geen wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van aanvullende maatregelen zoals het wassen van beddengoed, knuffels en kleding. Het advies voor een grondige schoonmaak is niet langer van toepassing. Voor een hygiënisch gevoel en een gevoel van rust, kunt u dit wel doen.

Wat doen de luizenmoeders?

Op De Eendracht wordt vier keer per jaar een woensdagochtend gepland waarbij alle kinderen op hoofdluis worden gecontroleerd. De kinderen blijven in de klas en de 'luizenmoeders' komen bij de kinderen langs.

Als er bij een leerling luizen/neten geconstateerd worden, dan geven wij dit door aan de leerkracht en de directie. U wordt door hen op de hoogte gebracht.

Wij controleren bewust op de woensdagochtend omdat er dan 's middags tijd is om het kind eventueel te behandelen. Op deze wijze kan de leerling op donderdag weer luizenvrij naar school. Na een week doen we nog een hercontrole, hierdoor zijn we er zeker van zijn dat de leerlingen op school weer luisvrij zijn.

Als uw kind luizen heeft, wilt u dit dan doorgeven op school. Zonder namen te noemen, geven wij aan dat er in een bepaalde groep hoofdluis heerst. Dit om uit te sluiten dat er nog meer leerlingen besmet worden.

Met een goede samenwerking houden wij de school luisvrij!