

# Treating and Controlling Head Lice

## معالجة قمل الرأس ومكافحته

بإمكان قمل الرأس الزحف والاختباء وأسهل طريقة وأكثرها فعالية لإيجاده هي اتباع الخطوات التالية:

**الخطوة ١** مشطي أي نوع من أنواع بلسم الشعر hair conditioner على شعر جاف ومسرح (دون عقد). سوف تصعق هذه العملية قمل الرأس وتجعل من الصعب عليه التمسك بالشعر أو الهروب من حوله.

**الخطوة ٢** مشطي أجزاء من الشعر بمشط أسنانه دقيقة خاص بقمل الرأس.

**الخطوة ٣** امسحي بلسم الشعر hair conditioner من على المشط على منشفة ورقية أو محرمة ورقية.

**الخطوة ٤** أنظري في المحرمة الورقية وإلى المشط بحثاً عن قمل الرأس والبيوض.

**الخطوة ٥** كرري التمشيط بالنسبة لكل جزء من الرأس ٤ أو ٥ مرات على الأقل.

إذا وجدت قمل الرأس أو بيوضاً (صئبان) على شعر الطفل فيجب حينذاك معالجته.

إذا كان طفلك قد تلقى مؤخراً علاجاً لقمل الرأس ووجدت فقط بيوضاً مفقوسة فارغة فقد لا يتطلب منك معالجتها حيث يمكن أن تكون هذه البيوض الفارغة من حالة سابقة.

### بيوض قمل الرأس

بيوض قمل الرأس صغيرة (بحجم رأس الدبوس) وشكلها بيضوي، ويمكن فقس بيضة حيّة بأصابع اليد.

البيوض الميتة تكون جوانبها متكسرة، والبيوض المفقس تشبه بيوضاً دقيقة جداً مسلوقة ومقطوعة من قمتها.



لزيادة فعالية المعالجة إلى أقصى حد ممكن أزيللي أكبر عدد من البيوض قدر الإمكان.

سوف يقوم العديد من العائلات أثناء وجود أطفالهم في المرحلة المدرسية بالتعامل مع قمل الرأس، وسوف تساعدكم المعلومات التي تحتوي عليها هذه النشرة على معالجة قمل الرأس ومكافحته.

### الإصابة بقمل الرأس

إن قمل الرأس موجود منذ آلاف السنين ويمكن أن يصاب به أي شخص، وإذا ما أتاحت الفرصة له فإنه ينتقل من رأس شخص إلى رأس شخص آخر دون تفريق.

وقمل الرأس هو حشرات صغيرة لا أجنحة لها تمتص الدماء. ويتفاوت لون هذه الحشرات من البني الضارب إلى البياض إلى البني الضارب إلى الحمرة. ويعيش قمل الرأس على الإنسان فقط وإذا عزل عن الرأس فإنه يموت بسرعة فائقة تكون عادة خلال ٢٤ ساعة.

ويصاب الناس بقمل الرأس عن طريق التماس المباشر لشعر الشخص بشعر شخص آخر مصاب بقمل الرأس. ويمكن أن يحدث ذلك بالمخالطة القريبة خلال اللعب أو الحضان أو العمل.

وقمل الرأس ليس له أجنحة أو أرجل وثأبة لذا فإنه لا يستطيع الطيران أو القفز من رأس إلى رأس آخر. قمل الرأس يستطيع الزحف فقط.

### البحث عن قمل الرأس وإيجاده

إن العديد من أنواع القمل لا يسبب الحكاك لذا يتوجب عليك البحث بدقة لإيجاده.

ويوجد قمل الرأس على الشعر نفسه وينتقل إلى فروة الرأس ليققات.

قمل الرأس له ستة أرجل أطرافها لها مخالب ونادراً ما تسقط من على الرأس. وتقوم أنثى قمل الرأس بوضع البيوض (تدعى أيضاً الصئبان) ضمن ١,٥ سم من فروة الرأس وتلتصق بالشعر بإحكام، وهي تشبه قشرة الرأس ولكن لا يمكن التخلص منها بفرشاة الشعر.

## أمشاط قمل الرأس

لقد تبين أن الأمشاط ذات الأسنان الطويلة المدورة الرأس والمصنوعة من الفولاذ الذي لا يصدأ stainless steel والمتراصة إلى جانب بعضها البعض هي الأكثر فعالية ومع ذلك يمكن استعمال أي مشط خاص بقمل الرأس.

## معالجة قمل الرأس

ركّزي على الرأس - لا توجد أدلة لاقتراح بأنه يتطلب تنظيف المنزل أو غرفة الصف.

ويجب وضع منتجات علاج قمل الرأس على كافة أجزاء الشعر وفروة الرأس.

لا يوجد علاج يقتل كافة البيوض لذا يجب أن تتضمن المعالجة استعمال المنتجات مرتين تفصل بينهما فترة مدتها سبعة أيام.

والغرض من المعالجة الأولى هو قتل كافة قمل الرأس، أما الغرض من المعالجة الثانية فهو قتل قمل الرأس الصغير المفقوس على مدى الستة أيام التي تلي المعالجة الأولى.

غطي عيني الشخص أثناء وضع العلاج، باستعمال منشفة مثلاً.

إذا كنت تستعملين غسولاً ضعي المنتج على شعر جاف، وإذا استعملت الشامبو بللي الشعر أولاً ولكن استعملي أقل قدر ممكن من الماء.

ضعي العلاج قريباً من فروة الرأس باستعمال مشط عادي لتغطية الشعر من جذوره إلى قمته. كرري ذلك عدة مرات إلى حين تغطية الشعر بكامله.

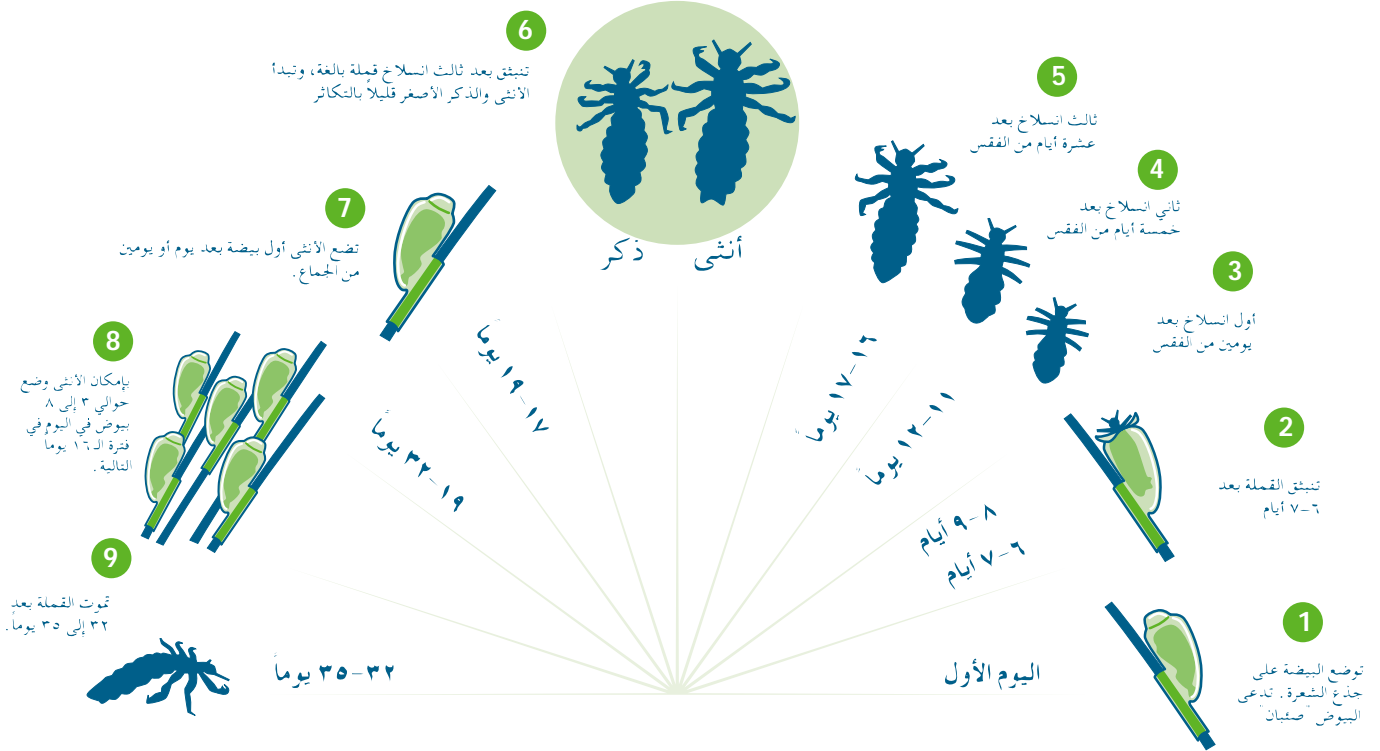
إذا اخترت عدم استعمال مادة مبيدة للحشرات يمكنك استعمال طريقة المشط وبلسم الشعر hair conditioner كل ثاني يوم إلى حين عدم وجود قمل رأس حي لمدة عشرة أيام.

ليست هناك حاجة لمعالجة العائلة بكاملها إلا إذا كان أفراد العائلة مصابين أيضاً بقمل الرأس.

أغطية الوسائد فقط يتطلب غسلها بشكل خاص سواء بغسلها بماء حار ( ٦٠ درجة مئوية على الأقل ) أو تحفيفها باستعمال نشافة كهربائية على أن تكون درجة الحرارة حارة أو دافئة.

## دورة حياة قمل الرأس

القمل الذي يصيب رأس الإنسان



## اختبار مقاومة قمل الرأس للمعالجة

تنتمي منتجات معالجة قمل الرأس إلى إحدى الفئات التالية اعتماداً على العنصر الفعال الذي تحتوي عليه :

بايرثيرينز Pyrethrins

بايرثيرويدز اصطناعي ( بيرميثرين و بايوليثرين permethrin ( and bioallethrin

أورغانوفوسفيتيس (مالديسون أو مالاثيون maldison or ( malathion

عشبي مع أو بدون بايرثيرينز طبيعي ( غير كيميائي ) .

إن مقاومة قمل الرأس للمواد المبيدة للحشرات شائعة لذا يتعين عليك اختبار ما إذا كان قمل الرأس قد مات أم لا . إذا كان ميتاً كرري المعالجة بعد سبعة أيام باستعمال نفس المنتج . إذا لم يمت قمل الرأس فإن المعالجة لم تكن فعالة وقمل الرأس مقاوم للمنتج الذي استعملته ولكافة المنتجات التي تحتوي على نفس العنصر الفعال فيه . اغسلي المنتج وعالجي بأقرب وقت ممكن باستعمال منتج يحتوي على عنصر فعال مختلف . إذا كانت المادة المبيدة للحشرات فعالة فسوف يموت قمل الرأس خلال ٢٠ دقيقة .

يمكن أن يسبب أي منتج لمعالجة قمل الرأس ردة فعل ويتوجب استعماله بعناية من قبل النساء الحوامل أو اللواتي يرضعن من

الثدي أطفالاً دون سن ١٢ شهراً، والأشخاص الذين لديهم حساسية، أو يعانون من الربو، أو لديهم جروح مفتوحة في فروة الرأس . إذا كنت غير متأكدة الرجاء التحقق من الصيدلي أو الطبيب .

## الحيلولة دون الإصابة بقمل الرأس

لا يوجد منتج لمنع الإصابة بقمل الرأس، وباستعمالك طريقة المشط وبلسم الشعر hair conditioner مرة في الأسبوع فسوف يساعدك ذلك على الكشف المبكر لقمل الرأس والتقليل إلى أدنى حد ممكن من المشكلة . ربط الشعر الطويل خلف الرأس يمكن أن يساعد في منع انتشار قمل الرأس .

## الأنظمة الصحية

بموجب الأنظمة الصحية ( الأمراض المعدية ) يتطلب إبعاد الأطفال المصابين بقمل الرأس عن المدرسة أو الرعاية النهارية أو الحضانه إلى حين البدء بالمعالجة . ويمكن معالجة طفل مصاب بقمل الرأس في المساء والعودة إلى المدرسة في اليوم التالي حتى ولو كانت بعض البيوض ما تزال موجودة .

## المزيد من المعلومات

المعلومات الواردة في هذه النشرة تقوم على أساس بحث قام به وكتبه البروفسور المساعد Rick Speare وفريق الباحثين في كلية الصحة العامة والطب الاستوائي، جامعة جيمس كوك . موقع الفريق على الانترنت :

<http://www.jcu.edu.au/school/phtm/PHTM/hlice/hlinfo1.htm>

تقدم المواقع التالية على الانترنت المزيد من المعلومات :

<http://www.dhs.vic.gov.au/phb/headlice/index.htm>

إصدار دائرة الخدمات البشرية التابعة لحكومة ولاية فيكتوريا، كانون الثاني /يناير ٢٠٠١ .