

Treating and Controlling Head Lice

درمان و مهار شپش سر

شپش می تواند بخزد و قایم بشود. آسانترین و موثرترین راه پیدا کردن آن پیروی از گامهای زیر است:

گام اول موی سر را که کاملاً خشک باشد با برس شانه کنید و به آن هر نوع کاندیشنری را بمالید. این کار شپش را بی حال می کند و نمی گذارد که به تار مو بچسبد یا بر روی مو حرکت کند.

گام دوم موها را با شانه بسیار ریز شپش گیر شانه کنید.

گام سوم شانه را با یک حوله کاغذی یا دستمال کاغذی تمیز کنید به طوری که کاندیشنر را از شانه جدا کند.

گام چهارم روی شانه و روی کاغذ را نگاه کنید ببینید شپش یا رشک هست.

گام پنجم این شانه زدن ها را در تمام نواحی سر ۴ یا ۵ بار تکرار کنید.

چنانچه شپش یا رشک پیدا شد، موی فرزند بایستی درمان بشود.

اگر فرزند شما اخیراً درمان شده باشد و شما تنها رشک باز شده و خالی را ببابید دیگر ممکن است لازم به درمان دو باره نباشد چون رشک های خالی بایستی بواسطه درمان قبلی باشد.

تخم شپش سر

تخم شپش (رشک) سر بسیار ریز است (به اندازه سر سوزن) و شکل آن تخم مرغی یا بیضوی است. وقتی که بین دو ناخن فشرده شود می ترکد.

رشک مرده دو طرف چروکیده دارد و رشکی که تبدیل به شپش شده باشد مثل تخم مرغ بسیار کوچکی است که سر آن قطع شده باشد.

برای تاثیر هرچه بیشتر درمان تا می توانید موی سر را از رشکها پاک کنید.



زمانی که کودکان به مدرسه می روند بسیاری از افراد با شپش سر برخورد خواهند داشت. اطلاعات مندرج در این نشریه به شما کمک می کند تا شپش سر را درمان و مهار کنید.

دچار شدن به شپش سر

هزاران سال است که بشر با شپش سر دست به گریبان است. هرکس ممکن است به شپش سر دچار شود و اگر فرصت یابد شپش برای انتقال از یک سر به سر دیگر تبعیض قائل نمی شود.

شپش سر حشره کوچکی است که بال ندارد و خون می مکد. رنگ آن بین قهوه ای مایل به سفید تا قهوه ای مایل به قرمز متغیر است. شپش تنها می تواند روی بدن انسان زنده بماند. اگر آن را از سر انسان دور کنند به فاصله کمی و معمولاً ظرف مدت ۲۴ ساعت می میرد.

انتقال آن از فرد به فردی دیگر با تماس مستقیم موی با موی شخصی است که شپش داشته باشد. این وقتی اتفاق می افتد که افراد با هم بازی کنند، همدیگر را در آغوش گیرند یا خیلی نزدیک هم کار کنند.

شپش سر بال ندارد و پاهایش قدرت خیزش هم ندارد بنابراین نمی تواند از سربیکی به سر دیگری پرواز کند یا بجهد. تنها می تواند راه برود.

یافتن شپش سر

بسیاری از شپش ها ایجاد خارش نمی کنند. بنابراین بایستی برای پیدا کردن شپش بدقت دنبال آن گشت.

معمولاً شپش سر روی مو دیده می شود ولی برای تغذیه روی پوست سر می رود.

شپش شش پا دارد که سر هر پا دارای چنگالی است و به همین علت به ندرت از روی سر می افتد. تخم شپش (که بدان رشک هم می گویند) در فاصله ۱/۵ سانتیمتری پوست سر نهاده می شود و به موی سر اتصال سفت دارد. رشک شبیه شوره سر است ولی نمیتوان با برس آن را جدا کرد.

شانه های مخصوص شپش سر

شانه هایی که دندانهای آن دراز واز جنس فولاد زنگ نزن باشد و با فاصله کمی از هم قرار گرفته باشند از سایر شانه ها موثر ترند. ولی هر نوع شانه شپش سر را می توان به کار برد.

درمان شپش سر

تمرکز شما روی سر باشد هیچگونه شواهدی دال بر اینکه بایستی خانه یا کلاس را تمیز کنید وجود ندارد.

داروها باید به تمامی قسمت های مو و پوست سر مالیده شود.

هیچ دارویی رشک را کاملاً از بین نمی برد بنابراین استعمال دارو بایستی در دو نوبت و به فاصله هفت روز صورت گیرد.

هدف از درمان اول این است که تمام شپش ها را از بین ببرند. درمان بعدی برای این است که تمام رشک هایی که در فاصله شش روز بعد تبدیل به شپش شده اند را از بین ببرند.

وقتی که دارو را استعمال می کنید چشمان شخصی را که درمان می کنید با چیزی نظیر حوله بپوشانید.

اگر پماد مصرف می کنید، سعی کنید موها خشک باشد.

چنانچه شامپو مصرف می کنید، مو را خیس کنید ولی تا آنجا که میسر باشد آب کمتر مصرف کنید.

دارو را از نزدیک پوست شروع کرده با شانه از ریشه تا نوک هر تار مو را آغشته به دارو کنید. این کار را چند بار تکرار کنید تا مو کاملاً آغشته به دارو بشود.

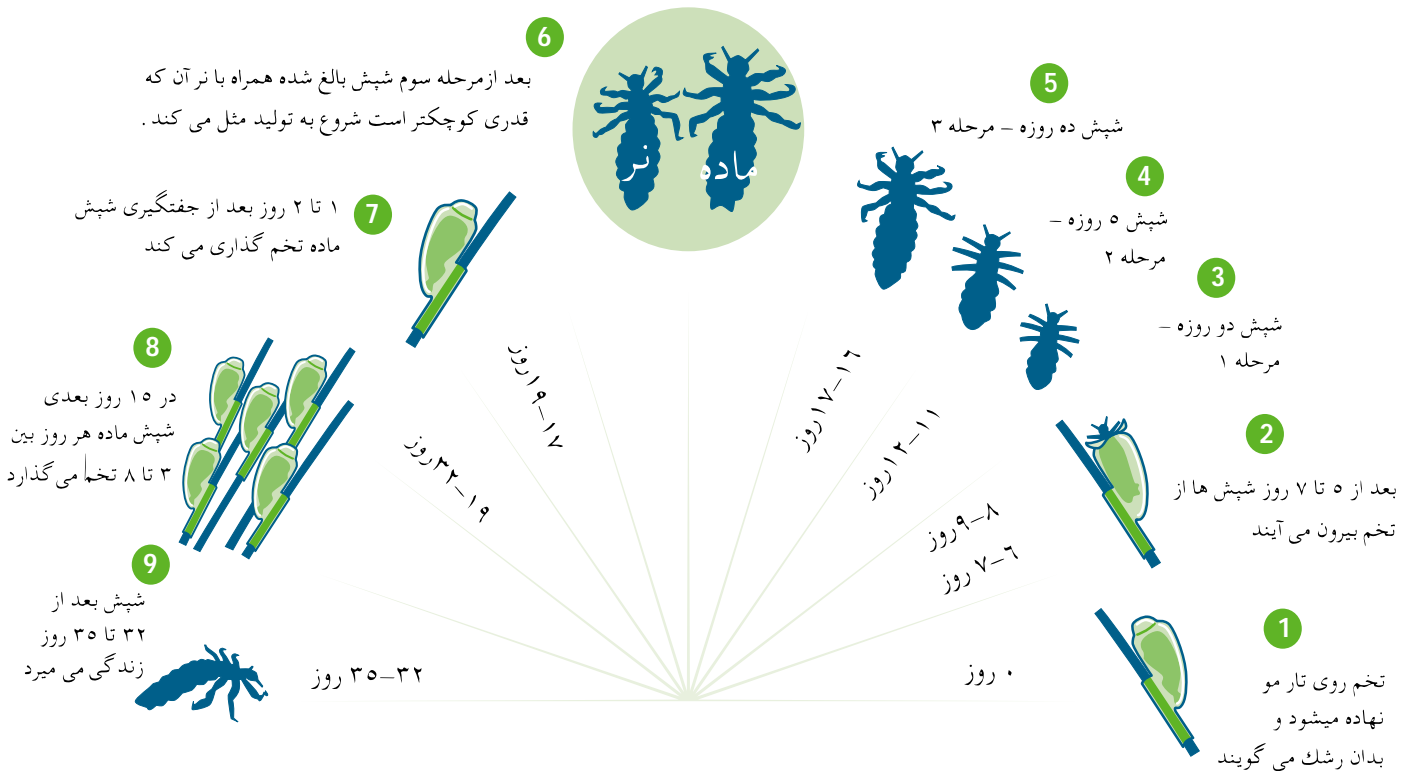
اگر بر آن شدید که از حشره کش ها استفاده نکنید، می توانید به جای آن، یک روز در میان از روش استعمال کاندیشنر استفاده و تا آنجا ادامه دهید که به مدت ده روز دیگر شپش زنده ای در روی مو یافت نشود.

لازم نیست این کار را در مورد همه اعضای خانواده انجام دهید مگر آنکه آنها هم شپش داشته باشند.

تنها لازم است که ملافه بالش و متکا را با شیوه خاص بشویند. آن را یا با آب داغ (حد اقل ۶۰ درجه سانتی گراد) بشوئید یا پس از شستن با خشک کنی که روی درجه داغ یا گرم باشد خشک کنید.

چرخه زندگی شپش سر

Pediculus humanus capitis



آزمایش مقاومت

شپش کش ها بسته به ماده موثر آنها به چند دسته تقسیم می شوند:

پیرترین ها Pyrethrins

پیرتروئید های مصنوعی pyrethroids (مانند پرمترین permethrin و بیوالتترین bioalletrin)

فسفاتهای آلی organophosphates (مالدیزون maldison و یا مالاتیون malathion)

داروهای گیاهی با و یا بدون پیرترین های طبیعی (غیر شیمیایی)

شپش ممکن است به حشره کش ها مقاوم باشد بنا بر این باید امتحان بکنید که شپش ها مرده اند یا نه. اگر مرده اند، استعمال حشره کش را بعد از ۷ روز دوباره تکرار کنید. اگر شپش ها نمرده باشند بنا بر این شپش ها به این ماده و تمام موادی که ماده موثر آنها مشابه این حشره کش است مقاوم شده اند و درمان موثر نبوده است. مو را خوب از حشره کش تمیز کنید و بلا فاصله در صورت امکان، حشره کش دیگری را که ماده موثر آن با قبلی متفاوت باشد استعمال کنید. اگر حشره کش موثر باشد شپش به فاصله ۲۰ دقیقه می میرد.

هر ماده شپش کش ممکن است باعث واکنشی بشود. بنا بر این مصرف آن بایستی با دقت و احتیاط باشد. مخصوصا در مورد زنان بار دار یا شیر ده، یا کودکان زیر ۱۲ ماهه، و اشخاصی که حساسیت، تنگی نفس و یا زخم باز روی پوست سر دارند. اگر مطمئن نیستید حتما از پزشک یا دارو ساز بپرسید.

ممانعت از شپش سر

ماده ای که بتواند از شپش سر ممانعت کند وجود ندارد. اگر از روش کاندیشنر هر هفته یکبار استفاده شود باعث می شود بتوان وجود شپش را زود تشخیص داده و از مشکل شدن کار مانع شد. جمع کردن و بستن موهای بلند از انتشار شپش سر مانع می شود.

مقررات

ورود کودکانی که شپش سر داشته باشند طبق قانون بهداشتی (امراض عفونی) به مدرسه، مهد کودکها و سایر مراکز نگهداری روزانه کودکان ممنوع است مگر اینکه درمان آن آغاز شده باشد. کودک را می توان شب هنگام با شپش کش درمان کرده و روز بعد به مدرسه فرستاد، ولو اینکه هنوز رشک (تخم شپش) روی سر او باقی مانده باشد.

برای اطلاعات بیشتر

اطلاعات مندرج در این نشریه بر پایه تحقیقاتی است که توسط ریک اسپیر Rick Speare دانشیار دانشگاه و تیم محققین دانشکده بهداشت عمومی و پزشکی مناطق حاره در دانشگاه جیمز کوک انجام و گزارش شده است. نشانی صفحه اینترنت آنها بدینقرار است <http://www.jcu.edu.au/school/phtm/PHTM/hlice/hlinfo1.htm>

صفحه اینترنت زیر نیز اطلاعات بیشتری را در اختیار شما قرار می دهد:

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

تهیه شده توسط وزارت خدمات انسانی ایالت ویکتوریا Victorian Government Department of Human Services، ژانویه

۲۰۰۱ (۰۵۰۰۱۰۱)