

Kopfläuse?



Lieber *nicht!*



Institut für Hygiene und Umwelt
Hamburger Landesinstitut für Lebensmittelsicherheit,
Gesundheitsschutz und Umweltuntersuchungen

einleitung

Kopfläuse kommen in den besten Familien vor. Oft bringen Kinder sie aus der Schule oder dem Kindergarten mit nach Hause. **Gut zu wissen:** Kopfläuse werden nicht durch mangelnde Körperpflege hervorgerufen. Auch in frisch gewaschenem Haar fühlen sie sich wohl.

Kopfläuse kann jeder bekommen. Aber jeder kann sie auch wieder los werden! Wenn im Kindergarten, in der Schule oder im Sportverein Läuse festgestellt werden, heißt es vor allen Dingen: Ruhe bewahren! Kopfläuse sind lästig, aber harmlos.

Mit unserer Broschüre wollen wir Sie informieren, wie Kopfläuse aussehen, wie sie leben und übertragen werden. Und wir wollen Ihnen Tipps geben, wie Sie die kleinen Plagegeister wieder los werden.

Wichtig zu wissen: Kinder dürfen erst dann wieder in die Schule oder den Kindergarten gehen, wenn der Arzt oder das Gesundheitsamt bescheinigt, dass Ihr Kind frei von Läusen und Nissen ist und eine Weiterverbreitung nicht mehr befürchtet werden muss (§ 34 Infektionsschutzgesetz).

Wenn Sie bei Ihrem Kind Läuse feststellen, informieren Sie den Kindergarten und die Schule, die Eltern der Spielkameraden und andere enge Kontaktpersonen. Ein zwischen allen Beteiligten abgestimmtes Verhalten ist notwendig, damit Läuse sich nicht über Wochen und Monate im Kindergarten oder in der Schule halten.

erkennen

Je früher ein Befall mit Läusen entdeckt wird, desto einfacher ist die Behandlung. Wenn also aus der Schule oder dem Kindergarten Läuse gemeldet werden oder wenn der Kopf ständig juckt und man sich häufig kratzen muss, sollten Sie Haar und Kopfhaut genauer untersuchen. Hierzu wird das Haar Strich für Strich gescheitelt und bei guter Beleuchtung mit einer Leselupe untersucht.



Der Bereich hinter den Ohren, die Schläfen und der Nacken sind dabei besonders zu beachten, denn hier halten sich die Läuse gerne auf.

Hilfreich bei der Untersuchung ist ein guter Nissenkamm aus Metall mit engstehenden, abgerundeten Zähnen.

Läuse sind bis zu 3 mm lange graue Tierchen, die munter auf sechs Beinen herumkrabbeln. Gerade bei geringem Befall sind sie nicht leicht zu entdecken, da sie sich bei Lichteinfall blitzartig in schattige Bereiche der Haare flüchten.

Die Eier von Läusen – die Nissen – sind etwa 1 mm große weißlich glänzende Verdickungen, die sehr fest an den Haarwurzeln sitzen. Im Unterschied zu normalen Hautschuppen lassen sie sich nicht einfach abstreifen. Nissen sind sehr widerstandsfähig und bilden einen guten Schutz für die ungeschlüpften Jungläuse.

Sind Läuse gesundheitsschädlich?

Läuse sind nicht besonders gesundheitsschädlich – aber sie sind extrem lästig. Der Juckreiz auf der Kopfhaut wird dadurch hervorgerufen, dass sich ausgewachsene Läuse alle zwei bis drei Stunden mit dem Blut des Menschen voll saugen.

Damit das Blut beim Saugen nicht gerinnt, gibt die Laus in die Stichwunden Speichel ab. Dieser Speichel löst den Juckreiz aus, der dann zum Kratzen führt. Es entstehen Kratzwunden, die sich entzünden können. Manchmal kommt es zu eitrigen Hautausschlägen, und auch die Lymphknoten können anschwellen. Ist dies der Fall, sollten Sie den Hausarzt oder den Kinderarzt aufsuchen.

Auch die Nissen führen zu keiner gesundheitlichen Beeinträchtigung. Sie sind jedoch häufig die Ursache dafür, dass etwa eine Woche nach der ersten Behandlung erneut Läuse zu finden sind. Deshalb müssen Nissen nach der Behandlung mit einem Läusemittel sorgfältig entfernt werden.

Wie werden Läuse übertragen?

Läuse sind flügellose Insekten, die weder fliegen noch springen können. Sie können sich nur auf ihren schnellen Beinchen fortbewegen. Kopfläuse können von Mensch zu Mensch übertragen werden, etwa durch direkten Kontakt von Kopf zu Kopf. Dies passiert zum Beispiel dann, wenn Kinder beim Spielen oder beim Lesen die Köpfe eng zusammenstecken. Kopfläuse können aber auch durch Gegenstände auf den

Menschen übertragen werden, etwa durch gemeinsam genutzte Käämme, Haarbürsten, Handtücher, Decken und Kopfkissen, durch Kuschtiere oder durch Mützen und Jacken, die an der Garderobe eng nebeneinander hängen. Auch durch gepolsterte Sitzlehnen und Kopfstützen im Bus oder im Auto können sich Läuse verbreiten. Läuse können einige wenige Tage

ohne Nahrung auf Gegenständen überleben und von dort wieder auf den Menschen gehen.



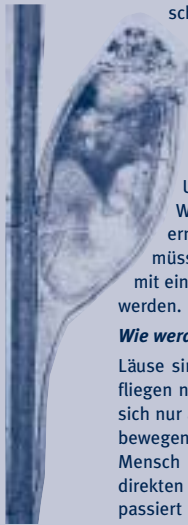
Eine Ansteckung durch Haustiere ist dagegen nicht wahrscheinlich. Auch eine Übertragung über Wasser – etwa im Schwimmbad – ist nicht bekannt.

behandeln

Wenn Sie bei Ihrem Kind oder bei sich selbst Läuse oder Nissen in den Haaren finden, müssen die Haare behandelt werden. Hierfür gibt es verschiedene Läusemittel, die Sie rezeptfrei in der Apotheke erhalten. Lassen Sie sich unbedingt von Ihrem Arzt oder Ihrem Apotheker beraten, welches Präparat für Sie geeignet ist. Lesen Sie die Hinweise auf der Packungsbeilage sorgfältig durch und folgen Sie diesen genau.

Besonders sind hierbei die folgenden Punkte zu beachten:

→ Läuse übertragen sich leicht. Deshalb sollten die Haare von allen Mitgliedern einer Lebensgemeinschaft sorgfältig kontrolliert



werden. Eine Behandlung ist aber nur dann angezeigt, wenn wirklich Läuse entdeckt werden. Eine rein vorsorgliche Behandlung mit einem Läusemittel ist unbedingt zu vermeiden.

- Säuglinge und Kleinkinder sollten Sie nicht selbst behandeln, sondern immer zuerst den Kinderarzt oder Hausarzt fragen. Auch schwangere Frauen oder Mütter, die noch stillen, sollten sich vor der Behandlung ärztlich beraten lassen.
- Wenn sich die Kratzwunden entzündet haben, sollte vor der Behandlung ein Arzt aufgesucht werden. Das gleiche gilt für Personen, die an Hautkrankheiten, Allergien oder Asthma leiden.
- Kontrollieren Sie regelmäßig, ob die Behandlung erfolgreich war. Tote Nissen können Sie mit einem guten Nissenkamm aus Metall mit engstehenden, abgerundeten Zähnen abkämmen. Dieses geht leichter, wenn Sie vorher die Haare mehrmals mit lauwarmem Essigwasser (3 Esslöffel Haushaltsessig mit 5% Säure auf 1l Wasser) spülen.
- Es ist möglich, dass durch die Nissen geschützten Jungläuse (Embryonen) die Behandlung überleben. Deren Entwicklung dauert acht Tage. Aus diesem Grund sollten Haare und Kopfhaut am 8. Tag nach der Behandlung nochmals sehr sorgfältig kontrolliert werden.
- Bei sehr kleinen Kindern können Sie auch überlegen, als Alternative zur Behandlung mit einem Läusemittel die Haare des Kindes auf wenige Millimeter zu kürzen und die Läuse und Nissen sorgfältig mit einem guten Nissenkamm zu entfernen.

Was macht man mit den Gebrauchsgegenständen?

Gegenstände, durch die eine Übertragung möglich ist – etwa getragene Kleidung, Bettlaken sowie Bezüge von Kopfkissen und Bettdecken, Polstermöbel, Kuscheltiere, Käme und Bürsten – müssen gründlich von möglichen Nissen und Läusen befreit werden. Wenn möglich, sollten diese Gegenstände bei 60°C gewaschen werden.

Gegenstände, die nicht so heiß gewaschen werden dürfen, können für 24 Stunden in die Gefriertruhe mit -18°C gelegt werden. Auch dies tötet Nissen und Läuse. Textilien können auch drei Wochen bei Zimmertemperatur (20 bis 22°C) in einem gut verschlossenen Plastiksack aufbewahrt. In dieser Zeit sind dann die Läuse aus den Nissen geschlüpft und verhungert. Bei kühlerer Lagerung dauert die Abtötung länger. Bei Polstermöbeln, Autositzen und Teppichen reicht es aus, diese gründlich abzusaugen.

Waschen, einfrieren, gründlich saugen – damit rücken Sie den Läusen, die sich in der Umgebung aufhalten, wirkungsvoll zu Leibe. Der Einsatz von Insekten-Sprays oder Desinfektionsmitteln ist dagegen überflüssig.





Was kann man falsch machen?

Haarwäsche vor der Behandlung mit normalem Shampoo oder Seife: Die Seifenrückstände können den Wirkstoff, der die Läuse abtötet, zerstören. Bei ph-neutralen Shampoos besteht diese Gefahr nicht.

Behandlung bei sehr fettigem Haar: Das Behandlungsmittel löst sich im Fett und steht damit in nicht ausreichender Menge für die Abtötung der Läuse zur Verfügung. Sehr fettige Haare sollten deshalb vor der Behandlung mit einem ph-neutralen Shampoo gewaschen werden.

Das Haar ist bei der Behandlung zu feucht: Der Wirkstoff wird zu stark verdünnt. Auch dann ist die Behandlung nicht erfolgreich.

Die Einwirkzeit des Behandlungsmittels im Haar ist kürzer, als in der Packungsbeilage beschrieben: Das Mittel kann nicht wirken. Es werden nicht alle Mitglieder einer Lebensgemeinschaft sorgfältig kontrolliert und – falls auch sie von Läusen befallen sind – behandelt: Sie können sich gegenseitig wieder anstecken.

Textilien, Bettwäsche, Kuscheltiere und Polstermöbel werden nicht ausreichend gereinigt: Auch hierdurch kann eine erneute Infektion erfolgen.

kontrollieren

In den ersten Tagen nach der Behandlung am besten täglich Haare und Haaransatz kontrollieren. Nach acht Tagen sollte dann eine weitere sehr gründliche Kontrolle erfolgen. Anschließend sollte noch mehrere Male im Abstand von einer Woche kontrolliert werden.



Bei der Kontrolle sollte sowohl nach lebenden Läusen als auch nach noch lebenden Nissen gesucht werden. Nissen verbleiben nach der Behandlung mit einem Läusemittel im Haar, aber nur lebensfähige Nissen können erneut zu einem Läusebefall führen. Man kann bei guter Beleuchtung mit Hilfe einer Lupe den Zustand der Nissen erkennen: Abgetötete Nissen verfärben sich zwei bis drei Tage nach der Behandlung ins Bräunliche und werden später schwarzbraun; leere Nissen sind weißsilbrig. Nissen, die weißlich bis grautrübe sind, können noch lebensfähig sein.

Die Behandlung mit einem Läusemittel ersetzt nicht die Entfernung der Läuse und Nissen von Hand! Zu einer vollständigen Kopflaus-Behandlung gehört das sorgfältige und geduldige Auskämmen mit einem guten Nissenkamm.

Bei geringem Befall können einzelne Läuse und Nissen auch bei fachkundiger Kontrolle leicht übersehen werden. Auch kann es ein, dass sich bald nach einer erfolgreichen Behandlung wieder eine Laus auf dem Kopf ansiedelt, wenn die Behandlung bei Mitschülern oder Spielkameraden noch nicht abgeschlossen ist. Deshalb sind sorgfältige Nachkontrollen über mehrere Wochen notwendig.



rat & hilfe

Wenn Sie noch weitere Fragen haben, suchen Sie Ihren Hausarzt oder Kinderarzt auf oder rufen uns an:

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Mitte
Tel.: 428 54-4644

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Altona
Tel.: 428 11-1903/-2638

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Eimsbüttel
Tel.: 428 01-3377/-3378

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Nord
Tel.: 428 04-2671

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Wandsbek
Tel.: 428 81-2419/-3658

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Bergedorf
Tel.: 428 91-2216/-2234

Gesundheits- und Umweltamt
Hamburg-Harburg
Tel.: 428 71-2322/-2323

Institut für Hygiene und Umwelt
Tel.: 428 45-7970/-7972/-7980

Hier gibt es auch eine Entlausungsstation, in der die Behandlung durchgeführt wird.

checkliste

Mit dieser Checkliste können Sie prüfen, ob Sie an alles gedacht haben.

- → Die Haare aller Mitglieder einer Lebensgemeinschaft sorgfältig kontrollieren und gegebenenfalls mit dem Läusemittel behandeln. Hierbei die Gebrauchsanweisung genau befolgen.
- → Hausarzt oder Kinderarzt aufsuchen, wenn Säuglinge, schwangere Frauen und stillende Mütter von Läusen befallen sind.
- → Enge Kontaktpersonen benachrichtigen.
- → Handtücher der Familienmitglieder häufig wechseln und getrennt aufhängen.
- → Bettwäsche und Handtücher, Unterwäsche, T-Shirts, Jeans u.ä. bei 60° C waschen.
- → Kuscheltiere, Wollsachen wie Mäntel, Mützen und Schals 24 Stunden bei -18°C einfrieren oder im geschlossenen Plastikbeutel drei Wochen bei Zimmertemperatur (20 bis 22°C) aufbewahren.
- → Teppichböden, Polstermöbel und Autositze gründlich absaugen.
- → Haare aus Bürsten und Kämmen entfernen und diese anschließend gründlich reinigen.
- → Tägliche Kontrolle der Haare auf Läuse und Nissen in den ersten Tagen nach der Behandlung.
- → Nach acht Tagen weitere sehr gründliche Kontrolle.
- → Anschließend sollte noch mehrere Male im Abstand von einer Woche kontrolliert werden.

Herausgeber:

Institut für Hygiene und Umwelt

Hamburger Landesinstitut für Lebensmittelsicherheit, Gesundheitsschutz und Umweltuntersuchungen
Marckmannstraße 129 a
20539 Hamburg

Im Internet finden Sie uns unter:

www.hu.hamburg.de

Gestaltung:

prodesign 04103-18503

Das Institut für Hygiene und Umwelt ist eine Einrichtung der Behörde für Umwelt und Gesundheit der Freien und Hansestadt Hamburg.

In den Bereichen Lebensmittelchemie, Human- und Veterinärmedizin und Umweltuntersuchungen setzen sich rund 360 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – Naturwissenschaftler, Mediziner, Veterinäre, Ingenieure, technische Mitarbeiter und Verwaltungsfachleute – täglich dafür ein, den Zustand der Umwelt zu beobachten, um Gefahren für Mensch, Tier und Natur abzuwehren, die Verbraucher vor mangelhaften Produkten zu schützen und die Gesundheit der Bevölkerung zu bewahren.