



## ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΨΕΙΡΕΣ ΤΟΥ ΚΕΦΑΛΙΟΥ

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΚΗΔΕΜΟΝΕΣ

Υπάρχουν δύο επιλογές αντιμετώπισης για τις ψείρες του κεφαλιού.

1. Αφαίρεση με μηχανικά μέσα (αφαίρεση με χτένα για ψείρες του κεφαλιού)
2. Αφαίρεση με μηχανικά μέσα (χτένα)

#### Αφαίρεση με μηχανικά μέσα (χτένα)

Η μηχανική αφαίρεση περιλαμβάνει χρησιμοποίηση κανονικού μαλακτικού μαλλιών σε στεγνά μαλλιά. Αφού καλύψετε όλα τα μαλλιά με το μαλακτικό, ξεμπλέξτε τα με μια κανονική χτένα και χωρίστε τα μαλλιά σε τούφες. Στη συνέχεια, χρησιμοποιήστε μια ψιλή μεταλλική χτένα με μακριά δόντια για ψείρες χτενίζοντας τα μαλλιά τούφα με τούφα. Το μαλακτικό δεν σκοτώνει τις ψείρες, αλλά τις ζαλίζει για περίπου 20 λεπτά, κάτι που διευκολύνει την αφαίρεσή τους. Η χτένα για ψείρες θα αφαιρέσει τις κόνιδες (αυγά) και τις ζαλισμένες ψείρες. Σκουπίστε την χτένα πάνω σε λευκό χαρτομάντηλο και κοιτάξτε αν υπάρχουν ψείρες ή κόνιδες. Συνεχίστε το χτένισμα μέχρι που να μην εμφανίζονται άλλες ψείρες ή κόνιδες στο χαρτομάντηλο. Αυτή η μέθοδος πρέπει να χρησιμοποιείται κάθε δεύτερη μέρα μέχρι που να μην παραμείνει καμιά (συνήθως περίπου 7-10 ημέρες).

Αυτή η μέθοδος είναι ο προτιμότερος τρόπος αντιμετώπισης των ψειρών της κεφαλής επειδή είναι αποτελεσματική, δεν συμβάλλει στην αντίσταση των ψειρών κεφαλής προς τα εντομοκτόνα και επίσης έχει χαμηλό κίνδυνο ερεθισμού του δέρματος.

Η μέθοδος μηχανικής απομάκρυνσης βοηθά επίσης να διαχειριστείτε τις ψείρες του κεφαλιού πριν εγκατασταθούν για τα καλά στο κεφάλι. Κρατάτε μια καλή χτένα για ψείρες του κεφαλιού στο ντους και κάθε φορά που μέλη της οικογένειάς σας πλένουν τα μαλλιά τους χτενίζετε τα με τη χτένα για ψείρες. Αυτό διασφαλίζει ότι οι ψείρες απομακρύνονται πριν γεννήσουν πάρα πολλά αυγά.

Αν τα παιδιά σας είναι αρκετά μεγάλα και πλένουν μόνα τους τα μαλλιά τους ενθαρρύνετέ τα να χρησιμοποιούν τα ίδια την χτένα. Ή διατηρείτε την χτένα στο χώρο όπου πλένετε τα μαλλιά των παιδιών σας και χρησιμοποιείτε την κάθε φορά που πλένετε τα μαλλιά τους.

#### Απομάκρυνση με χημικά μέσα

Εάν επιλέξετε να χρησιμοποιήσετε μια χημική διαδικασία, θυμηθείτε ν' ακολουθήσετε προσεκτικά τις οδηγίες. Μην μπείτε στον πειρασμό να χρησιμοποιήσετε ξανά την ίδια χημική θεραπεία εάν δεν φαίνεται να έχει αποτελέσματα. Αντί αυτού δοκιμάστε μια άλλη θεραπεία που χρησιμοποιεί μια διαφορετική χημική ένωση ή χρησιμοποιήστε τη μέθοδο χτένας και μαλακτικού. Θα πρέπει να επαναλάβετε τη θεραπεία σε 7 ημέρες για να εξολοθρευτεί όλα τα αυγά που έχουν εκκολαφθεί πρόσφατα. Θα πρέπει επίσης να χρησιμοποιήσετε μια χτένα για ψείρες για να βεβαιωθείτε ότι η θεραπεία είναι αποτελεσματική. Αν βρείτε νεκρές ψείρες, το προϊόν έχει κάνει τη δουλειά του. Αν βρείτε ζωντανές ψείρες, η θεραπεία δεν έχει φέρει αποτελέσματα.

Όταν το παιδί σας απαλλαγεί από τις ψείρες και κόνιδες, θυμηθείτε να ελέγχετε τακτικά με μια ψιλή χτένα για ψείρες και μαλακτικό μαλλιών. Η έγκαιρη ανίχνευση και θεραπεία για τις ψείρες θα αποτρέψουν την εκ νέου προσβολή των μελών της οικογένειας και των συμμαθητών του παιδιού σας.

#### Τι πρέπει να κάνετε για κλινოსκεπάσματα και είδη ένδυσης

Έρευνες δείχνουν ότι τα κλινοςκεπάσματα, τα καπέλα, τα είδη ένδυσης και τα έπιπλα δεν φιλοξενούν ή μεταδίδουν ψείρες ή κόνιδες και ότι δεν υπάρχει κανένα όφελος από το πλύσιμό τους ως θεραπευτική επιλογή. Οι κόνιδες και ψείρες ζουν μόνο στο ανθρώπινο κεφάλι. Γρήγορα αφυδατώνονται και ψοφούν αν αφαιρεθούν από το κεφάλι.

Αυτή η ενημέρωση βασίζεται σε πληροφορίες που παρέχονται στην ιστοσελίδα Nitbusters του Υπουργείου Υγείας NSW.