



## گزینه‌های درمان شپش سر

اطلاعات برای والدین و سرپرستان

برای درمان شپش سر دو گزینه وجود دارد.

۱. از بین بردن مکانیکی (از بین بردن با شانه مخصوص شپش)

۲. از بین بردن شیمیایی

### از بین بردن مکانیکی

از بین بردن مکانیکی شامل زدن نرم کننده معمولی مو به موی خشک است. بعد از پوشاندن همه مو با نرم کننده، گره‌ها را با یک شانه معمولی باز کرده و موها را دسته دسته از هم جدا کنید. بعد، از یک شانه ظریف دندان دراز فلزی مخصوص شپش سر استفاده کنید و هر یک از دسته‌ها را جداگانه شانه بکشید. نرم کننده شپش‌ها را می‌کشد ولی برای حدود ۲۰ دقیقه بی حسشان می‌کند. شانه شپش سر، شپش‌های بی حس و رشکها را از جا بر می‌دارد. شانه را با یک دستمال کاغذی سفید پاک کنید و چک کنید که روی آن رشک یا شپش هست یا نه. به شانه زدن ادامه بدهید تا دیگر هیچ رشک یا شپش روی دستمال کاغذی دیده نشود. این روش باید یک روز در میان انجام شود تا هیچ رشک یا شپشی باقی نماند (معمولاً ۷ تا ۱۰ روز).

این روش، راه ترجیحی درمان شپش سر است چون موثر است، به مقاومت شپش‌ها در مقابل مواد حشره کش کمک نمی‌کند و ریسک تحریک پوست در آن کم است.

همچنین، روش از بین بردن مکانیکی به کنترل شپش‌ها قبل از اینکه روی سر مستقر بشوند کمک می‌کند. یک شانه شپش سر خوب در کنار دوش بگذارید و هر بار که خانواده شما سرشان را می‌شویند موها را با شانه شپش شانه بزنید. این کار حتمی می‌کند که شپش‌ها پیش از آنکه تعداد زیادی تخم بگذارند گرفته بشوند.

اگر بچه‌های شما آنقدر بزرگ هستند که خودشان مویشان را بشویند تشویقشان کنید که خودشان از آن شانه استفاده کنند. یا شانه را نزدیک جایی که شما موی بچه‌ها را می‌شوید بگذارید و هر بار که مویشان را می‌شوید از آن استفاده کنید

### از بین بردن شیمیایی

اگر انتخاب کنید که از یک درمان شیمیایی استفاده کنید، بخاطر داشته باشید که با دقت از دستورالعمل آن پیروی کنید. اگر به نظر نمی‌رسد که یک درمان شیمیایی بخصوص موثر است، وسوسه نشوید که همان درمان را دوباره به کار ببرید. در عوض از یک درمان دیگر که ماده شیمیایی متفاوتی دارد و یا از روش شانه و نرم کننده استفاده کنید. شما باید درمان را بعد از ۷ روز تکرار کنید تا آنهایی را که تازه از تخم در آمده‌اند بکشید. به استفاده از شانه شپش هم نیاز خواهید داشت تا مطمئن شوید که آن درمان موثر است. اگر شپش مرده پیدا کردید، درمان کار کرده است ولی اگر شپش زنده پیدا کردید درمان موثر نبوده است.

وقتی فرزند شما کاملاً از دست شپش و رشک رها شد بخاطر داشته باشید که مرتب موی او را با یک شانه ظریف شپش و نرم کننده چک کنید. پیدا کردن و درمان زود هنگام از آلودگی سایر اعضای خانواده و همکلاسی‌ها پیشگیری خواهد کرد.

### با ملافه و لباس چه کار باید کرد؟

پژوهش نشان داده است که ملافه، کلاه، لباس و اثاثیه پناهگاه شپش و رشک نیستند و آن را منتقل نمی‌کنند و شستنی آنها بعنوان درمان هیچ نفعی ندارد. رشک و شپش فقط روی سر انسان زندگی می‌کنند. اگر از سر برداشته شوند خیلی سریع بدنشان کم آب شده و می‌میرند.

\* این اطلاعات مبتنی بر اطلاعاتی است که در وب سایت Nitbusters اداره بهداشت NSW ارائه شده است.