

Läuseratgeber

1. Haarkontrolle auf Kopfläuse und Nissen

Unterziehen Sie jedes Familienmitglied einer gründlichen Haarkontrolle gemäss der folgenden Anleitung:

- Arbeiten Sie bei gutem Licht; am besten in der Nähe eines Fensters oder im Freien.
- Zuerst das ganze Haar gut durchbürsten, um Knoten zu lösen. Mit der Hilfe eines Kammes scheideln Sie nun das ganze Haar Schritt für Schritt durch. Damit Sie konzentriert und systematisch vorgehen können, benutzen Sie Haarklammern und -gummis, um restliches Haar wegzustecken.
- Achten Sie auf Nissen, die Eier der Läuse. Diese kleben gewinkelt auf einer Seite der Haare und sind transparent bis bräunlich. Von Auge können sie gerade noch erkannt werden. Nissen werden leicht mit Schuppen verwechselt. Diese kleben jedoch nicht wie die Nisse am Haar, sondern können leicht gelöst werden. Mit Hilfe einer Lupe kann man sich mehr Gewissheit verschaffen.
- Lebendige Läuse werden nur selten gesehen. Sie sind lichtscheu und verschwinden schnell im Dunkeln.
- Am einfachsten und schnellsten finden Sie Läuse mit der Hilfe eines Nissenkamms zusammen mit einer normalen, handelsüblichen Haarspülung („Pflegebalsam“, „Conditioner“) oder auch etwas Öl: Verteilen Sie die Haarspülung grosszügig im nassen Haar. Mit einem normalen Kamm wird das Haar sorgfältig entwirrt. Mit dem Nissenkamm wird nun systematisch das ganze Kopfhaar gründlich durchgekämmt. Dazwischen den Nissenkamm wiederholt in Küchenpapier ausstreichen. Wenn Läuse vorhanden sind, dann kann man diese im Küchenpapier rasch erkennen. Frisch geschlüpfte junge Läuse sind kaum einen Millimeter gross; ausgewachsene Läuse haben etwa die Grösse eines Sesamsamens.

2. Behandlung

Ziel jeder Behandlung muss sein: Weg mit allen Nissen und Läusen! Sinnvoll ist die Kombination eines Laus-Shampoos mit der anschliessenden Entfernung der Nissen von Hand.

- Für die Behandlung mit einem chemischen Laus-Shampoo oder Gel lassen Sie sich in der Apotheke beraten.
- Lesen Sie die Packungsbeilage genau durch.
- Spülen Sie die Haare nach der erforderlichen Einwirkzeit am besten mit dem Kopf vornüber über den Badewannenrand oder das Lavabo. Dadurch vermeiden Sie, dass Überreste des Laus-Shampoos durch andere Stellen aufgenommen werden. Mit einem Waschlappen können die Augen abgedeckt werden.
- Achten Sie darauf, dass der Raum gut belüftet ist.
- Das Tragen von Gummihandschuhen ist empfehlenswert.

Machen Sie sich keine Illusionen: Sie werden auch nach der Behandlung mit einem Laus-Shampoo noch Nissen finden. Der „Klebstoff“, der die Nissen am Haar hält, wird durch die Laus-Shampoos nicht gelöst. Auch Resistenzen gegen die Produkte kommen vor. Wenn Sie eine Stunde nach der Behandlung immer noch lebende Läuse finden, dann können Sie davon ausgehen, dass diese resistent gegen das verwendete Produkt sind. Deshalb gilt: Was an Nissen (und Läusen) übrig bleibt, muss entfernt werden! Dazu benötigen Sie:

- Ein grosses Frottiertuch und eine Wäscheklammer
- Haarklammern, um das Haar wegzustecken
- Haargummis
- Eine herkömmliche Haarspülung („Haarpflegespülung“, „Haarbalsam“, etc.)
- Einen feinen Haarkamm, am besten mit einem Toupierstiel
- Küchenpapier

- Eine Schale mit warmem Wasser
- Einen speziellen Nissenkamm

Gehen Sie folgendermassen vor:

- Legen Sie das Frottiertuch um die Schultern und befestigen Sie es mit der Wäscheklammer.
- Verteilen Sie auf handtuchtrockenes Haar grosszügig die Pflegespülung. Dies macht es den Läusen schwierig, sich zu bewegen und der Nissenkamm läuft einfacher durchs Haar.
- Kämmen Sie das Haar gut durch, um Knoten zu lösen. Scheiteln Sie die Haare und stecken Sie einen Grossteil davon mit den Haarklammern zur Seite.
- Mit dem Nissenkamm bearbeiten Sie nun systematisch das ganze Kopfhaar. Dazu setzen Sie den Nissenkamm direkt am Haaransatz an und ziehen das ganze Haar durch. Achten Sie darauf, dass die Haare an der engsten Stelle durch den Kamm laufen, nur so bleiben die Nissen im Kamm hängen. Wiederholen Sie dies solange, bis weder Läuse noch Nissen im Kamm hängen bleiben. Am besten beginnt man an der Stirn und arbeitet nach hinten. Zwischendurch immer wieder den Kamm mit Küchenpapier oder unter dem fliessenden Wasser reinigen.
- Wenn das Haar auf diese Weise durchgekämmt ist, kann man die Pflegespülung wieder auswaschen und das Haar in gewohnter Weise trocknen.

Das Entfernen der Läuse von Hand ist übrigens eine sehr gute Alternative, wenn Sie aus irgendeinem Grund kein chemisches Laus-Shampoo verwenden können oder wollen!

Für einen dauerhaften Erfolg ist es wichtig, dass Sie jetzt weiterhin Kontrollen durchführen, mindestens zweimal in der Woche. Wiederholen Sie dazu den obigen Vorgang mit der Haarspülung und dem Nissenkamm; am besten im Anschluss an die übrige Haarwäsche. Wenn Sie dabei den Nissenkamm wiederholt in Küchenpapier ausstreichen, dann bekommen Sie rasch ein Bild vom Fortschritt der Behandlung. **Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis Sie dreimal keine Läuse oder Nissen mehr gefunden haben.**

Diese Kontrollen geben Ihnen einen klaren Überblick darüber, was weiterhin auf dem Kopf Ihres Kindes geschieht und sind gleichzeitig eine gute Prävention für erneute Ansteckungen.

3. Umgebungsreinigung

Keine Laus überlebt mehr als zwei Tage ausserhalb der Kopfhaare. Deshalb ist das Risiko einer Ansteckung von Kopf zu Kopf weitaus am grössten. Die Reinigung von Kleidern und Gegenständen, die mit den Haaren in Kontakt gekommen sind, gehört aber trotzdem zur Behandlung.

Gehen Sie folgendermassen vor:

- Bettwäsche, soeben getragene Kleider etc. können Sie bei 60 Grad waschen.
- Bürsten, Kämmen, Haarspangen etc. können Sie für 10 Minuten in heisses (nicht kochendes) Wasser legen.
- Was Sie nicht reinigen können oder wollen, legen Sie einfach für zwei Tage zur Seite.
- Auch wenn ein Haar mit einer Nisse z.B. an einem Polstermöbel hängen bleibt, dann braucht der Lausembryo zur normalen Entwicklung das richtige Klima. Dies ist die Temperatur der Körperoberfläche (ca. 28 – 32° C) und die Luftfeuchtigkeit, die im Haar knapp über der Kopfhaut herrscht (70 % und mehr).
- Investieren Sie also nicht zuviel Energie ins Reinigen des ganzen Haushalts. Benutzen Sie keine Insektensprays, das ist nicht nötig! Wenn Sie unsicher sind, nehmen Sie den Staubsauger, damit reinigen Sie „verdächtige“ Orte und Gegenstände schnell und effizient!

Konzentrieren Sie sich auf das Entfernen der Läuse und Nissen auf dem Kopf!