

راه های پیشگیری

۱. استحمام منظم حداقل هفته ای دو مرتبه
۲. تعویض منظم البسه
۳. عدم استفاده از شانه، برس، کلاه و روسری دیگران
۴. تمیز کردن روزانه برس و شانه

چرخه زندگی شپش:

متوسط عمر شپش بالغ یک ماه است تخم شپش نیز برای یک ماه بر روی البسه می ماند ۷ روز در خارج از بدن میزبان بدون تغذیه کردن زنده می ماند. لارو شپش تنها برای ۲۴ ساعت بدون تغذیه کردن زنده میماند. تخم ها با ماده ای چسبناک که آنها را محکم سر جای خود نگاه می دارد به موها متصل میشوند. بعد از بیرون آمدن شپش ها، تخم های خالی کماکان چسبیده به ساقه مو باقی می مانند. شپش های سرحدوداً ۲۸ روز زنده می مانند. آنها می توانند به سرعت تکثیر شوند و تا ۱۰ تخم در روز بگذارند. فقط حدود ۱۲ روز طول می کشد که شپش هایی که تازه از تخم درآمده اند بالغ شوند. در صورت عدم معالجه آن، این چرخه زندگی هر سه هفته یکبار تکرار خواهد شد.

علائم آلودگی به شپش

۱. مشاهده رشک یا شپش سر در موها به خصوص پشت سر و گوشها
۲. خارش شدید در ناحیه سر به خصوص کنار گوش و پشت سر.
۳. بیقراری به خصوص در کودکان
۴. رشکها به راحتی از مو جدا نمیشوند و حتماً بایستی با ناخن آنها را از ساقه مو جدا کردبر خلاف شوره سر که به راحتی از ساقه مو جدا میشود.

میزان شیوع

- دخترها به دلیل داشتن موی بلند و پوشیدن روسری و مقنعه بیشتر از پسران آلوده میشوند.
- کودکان به دلیل رعایت نکردن موارد بهداشتی بیش از بزرگسالان مبتلا میشوند
- شپش در فصل سرما به دلیل استفاده از لباس بیشتر و استحمام کمتر شایع تر است.
- میزان آلودگی در موهای پر حجم و بلند بیشتر است.



شپش سر

شپش سر حشره ای کوچک بدون بال و خونخوار به اندازه ۲ تا ۴ میلی متر است. همه افراد با هر سطح اقتصادی و اجتماعی را مبتلا میکند. شپش بالغ نسبت به حرارت حساس بوده و در دمای بالای بدن مانند تب شدید و یا دمای پایین قادر به فعالیت نبوده و بدن را ترک میکند.



رشک

به تخم شپش که بیضی شکل است و دارای رنگ سفید و اندازه ته سنجاق، رشک اطلاق میشود. رشک به درز لباسها میچسبد.

محل زندگی

شپش سر در لابلای موهای سر زندگی میکند. شپش تخم خود را در ناحیه قاعده ساقه مو و در محل خروج ساقه مو از فولیکول میچسباند.

به خام خدا



مجتمع آموزشی فرهنگی امام رضا (ع)

واحد بهداشت دبستان پسرانه

سال تحصیلی ۹۹-۹۸

درمان فیزیکی

۱. پاکسازی محیط خانه همراه با درمان فرد باید صورت پذیرد.

۲. شستن لباسهایی که اخیرا استفاده شده و حوله و ملحفه و عروسکهایی که کودک با آن میخوابد... در آب جوش به مدت ۲۰ دقیقه.

۳. فرش میلان و روکش ماشین با جارو برقی پاک شود و پس از اتمام جارو حتما کیسه را خالی کنید زیرا اگر شپش زنده باشد می تواند دوباره به بیرون بخزد

۴. اتو کردن درز لباسها

۵. شانه سر، گل سر، برس وسایر اشیا با اب داغ شسته شود.

۶. قرار دادن لباسها در معرض نور افتاب.

درمان دارویی

درمان دارویی بایستی به طور کامل با نظر پزشک صورت گیرد آنچه در کشور ما به عنوان درمان استفاده میشود شامپو و لوسیون لیندین ۱درصد و شامپو پرمترین ۱ درصد است. اما مهم این است که داروها طبق دستور العمل پزشک استفاده شود تا اثر بخش باشد.

به یاد داشته باشیم

شپش در اب زنده نمیماند به همین دلیل در مناطقی مثل استخر قادر به فعالیت نمیباشد و میمیرد. بنابراین از طریق شنا و استخر منتقل نمیشود اما در محل نگهداری لباس و کمد ها در استخر دقت شود و با قرار دادن لباس درون کیسه پلاستیکی در بسته تا حدودی از انتقال جلوگیری میشود

در آرایشگاه از شانه و حوله مشترک استفاده نکنید

در خانه، کلاس، ساعت تفریح و ورزش در اردوها و گردشهای دسته جمعی در ورزشگاهها و رختکن های عمومی لباسها را روی هم نریزید و آنها را جدا از یکدیگر در محل مناسب قرار دهید.

بهترین راه پیشگیری استفاده از وسایل شخصی است

وسایل شخصی خود را به کسی قرض ندهید و از کسی هم قرض نگیرید.