



De informatie in deze folder is gebaseerd op de richtlijn Hoofdluis van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Met vragen over het bestrijden van hoofdluis kunt u terecht bij uw regionale GGD, de drogist of de apotheek.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

**GGD**  
**Hollands Midden**  
JeugdGezondheidsZorg

Leiden en omgeving,  
Duin- en Bollenstreek en Rijnstreek:  
Parmentierweg 49 Leiden  
Postbus 121, 2300 AC Leiden  
Telefoon: (071) 516 33 42  
E-mail: [jgz@ggdhm.nl](mailto:jgz@ggdhm.nl)

Dit is een uitgave van:  
**Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu**  
Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven  
[www.rivm.nl](http://www.rivm.nl)

Het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) coördineert in opdracht van het ministerie van VWS de infectieziektebestrijding in Nederland. Het RIVM besteedt uiterste zorg aan actuele en correcte publieksinformatie. Deze publicatie is tot stand gekomen in nauwe samenwerking met deskundigen uit diverse organisaties en beroepsgroepen.

Aan de inhoud van deze informatie kunnen geen rechten worden ontleend.

06.2011V3.0 | 002485

# Luis in je haar? Kammen maar!

Informatie over hoofdluis

Hoofdluis verspreidt zich in een hoog tempo - vooral onder kinderen. Controleer dus vaak en grijp meteen in als u hoofdluis ontdekt. Kammen met een fijntandige kam is de beste aanpak.

[www.rivm.nl/infectieziekten](http://www.rivm.nl/infectieziekten)

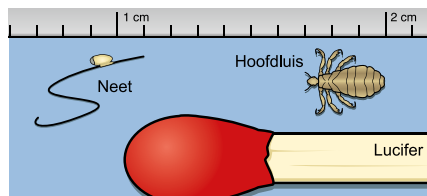


## Hoe krijg je hoofdluis?

Hoofdluis heeft niets te maken met wel of niet schoon zijn. Het kan iedereen overkomen. Luizen lopen via het haar over van hoofd naar hoofd. De hoofdluis zoekt graag een warm plekje op: achter de oren, in de nek of onder een pony bijvoorbeeld. Kinderen lopen de meeste kans hoofdluis te krijgen, omdat ze bij het spelen vaak letterlijk de hoofden bij elkaar steken.

## Hoe herken je hoofdluis?

Hoofdluis veroorzaakt meestal jeuk, maar niet altijd. Het is aan te raden uw kind regelmatig op hoofdluis te (laten) controleren. Als u het haar met een fijntandige kam doorkamt boven een vel wit papier, kunt u zien of er luizen uit vallen. Het zijn grijsblauwe of, nadat ze bloed opgezogen hebben, roodbruine beestjes van een paar millimeter groot. Hun eitjes, neten, zijn witte stipjes die op roos lijken. Alleen zijn roos los terwijl neten juist aan het haar vastkleven.



Hoofdluizen zijn slechts enkele millimeters groot. Neten lijken op huidschilfers (roos).

## Behandeling

Als u hoofdluis ontdekt, is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Want zolang er luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis besmettelijk. De behandeling bestaat uit bestrijden én herbesmetting voorkomen.

### Bestrijding: kam gedurende 14 dagen het haar elke dag met een fijntandige kam

Dit uitkammen is het belangrijkste. Volg de volgende stappen.

- Maak het haar door en door nat. Verdeel crèmespoeling door het haar.
- Bescherm de ogen met een washandje en kam met een gewone kam de klitten weg.
- Pak dan de fijntandige kam en kam al het hoofdhaar, pluk voor pluk, vanaf de haarwortel. Begin bij het ene oor en pak na elke kambeweging een pluk in de richting van het andere oor. Vastgeplakte neten kunt u eventueel losweken door te deppen met azijn.



Hoofdluis op een kam.

- Veeg tijdens de kambeurt de kam regelmatig af aan een papieren servet of zakdoek.
- Spoel de cremespoeling uit.
- Na gebruik de kam reinigen met water en zeep en de luizen en neten verwijderen.

Combineer het kammen eventueel met een antihoofdluismiddel en herhaal de gecombineerde behandeling na 7 dagen. Bij het kammen kunt u dan een fijntandige kam gebruiken.

## Antihoofdluismiddelen

Er bestaan shampoos, crèmes, lotions en sprays tegen hoofdluis. In geregistreerde antihoofdluismiddelen zit dimeticon, malathion of permethrine als werkzame stof. De hoofdluis is echter steeds vaker resistent voor bepaalde antihoofdluismiddelen. Als u na de behandeling nog steeds hoofdluis aantreft, kies dan voor de tweede behandeling een product met een andere werkzame stof. Overigens moet u tijdens de behandeling met antihoofdluismiddelen gedurende twee weken het haar dagelijks doorkammen met een fijntandige kam, in combinatie met crèmespoeling.

## Hoofdluis heb je niet alleen

Hoofdluis is enorm besmettelijk. Als uw kind hoofdluis heeft, meld dat dan op school, bij de kinderopvang, op (sport) clubjes, bij vriend(innet)jes, oppassen, opa's en oma's. Zij kunnen dan ook controleren. Bovendien moet u alle gezinsleden controleren. Vindt u bij hen geen luizen, herhaal de controle dan eens per week, gedurende twee weken. Vergeet overigens uzelf niet.

### Let op!

Malathion is brandbaar. Vermijd open vuur tijdens de behandeling met een middel waarin malathion zit, en föhn het haar niet. Verder tast chloor de werking van malathion aan, dus zwemmen in chloorhoudend water op de dag van behandeling wordt afgeraden. Zwangeren, vrouwen die borstvoeding geven en kinderen jonger dan zes maanden worden afgeraden om antihoofdluismiddelen te gebruiken. Gebruik geen antihoofdluismiddelen als u niet zeker weet of uw kind luis heeft. Een antihoofdluismiddel kan besmetting met hoofdluis niet voorkomen.