

## Kedves Szülők!

Fejtetvesség még ma a 21. században is létező jelenség.

Bárki és bárhol megfertőződhet vele.

Közösségben ennek a valószínűsége sokkal nagyobb.

Nincs tekintettel senkire, egyszerűen táplálékát a vért keresi.

A fejtetvesség nem függ az egyén higiéniés viszonyaitól.



A kép forrása:

[https://www.google.hu/search?q=fejtet%C5%B1&espv=2&biw=1366&bih=643&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKewjPglvcn-bOAhWHjSwKHd7xAJYQ\\_AUIBigB#imgrc=e9UJeB5UdLcZTM%3A](https://www.google.hu/search?q=fejtet%C5%B1&espv=2&biw=1366&bih=643&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKewjPglvcn-bOAhWHjSwKHd7xAJYQ_AUIBigB#imgrc=e9UJeB5UdLcZTM%3A)

Az iskola-egészségügy a tanévben 3 alkalommal kötelezően ellenőrzi a gyermekek hajas fejbőrét.

Viszont ezen túl is kialakulhat fejtetvesség, ezért a megelőzésben nagyon fontos szerepe van a családnak, a szülőknek.

Kérem Önöket, amennyiben fejtetvességet tapasztalnak gyermeküknél, azon túl, hogy kezelik gyermekük haját, jelezzék az osztályfőnöküknek is, hogy idejében megelőzzünk egy járvány kialakulását.

A fejtetű megfelelő kezeléssel rövid idő alatt elpusztítható és a serkék is eltávolíthatóak, ezért a gyermek közösségből történő kitiltásának közegészségügyi indoka vagy jogi alapja nincs. *(Epinfo 3. sz. módszertani levele alapján)*

Az alábbi összefoglalóban segítséget szeretnék nyújtani a fejtetvesség kezelésében és a megelőzésben is.

*Üdvözlettel: Czimerné Gergely Judit iskolavédőnő*

## Fejtetvességről.....

### Mi a teendő, ha valaki fejtetvességet észlel?

**Fejtetű** (*Pediculus capitis*) szabad szemmel alig látható, kb. 3-4 mm nagyságú, ovális alakú, szárny nélküli, élősködő rovar, amely a test azon részén telepszik meg, ahol szőrzet van (hónalj, szeméremtájék és mellkas), azonban leggyakrabban a fejbőrön.

Jellemző rá, hogy színét a haj színének megfelelően változtatja, és a meleg, kevés fényhez jutó fejbőrön igen hamar szaporodik – így az őszi-téli sapkát viselő időszak nagyon kedvező számára.

Petéit – a serkéket – erős, cementszerű anyaggal szorosan a hajszálak tövéhez ragasztja. A legtöbb serke rendszerint a halánték- és a tarkótájon található. A serkék a hajszál növekedésével távolodnak a haj tövétől, így azok fejbőrtől való távolságából következtetni lehet a fertőzés időpontjára.

A 2 mm-nél rövidebb haj alkalmatlan a fejtetű megtelepedésére.

Mivel a haj havonta kb. 1 cm-t nő, ezért a serkék fejbőrtől való távolságából a fertőzés kezdetére következtetni lehet. Elsősorban a hajas fejbőrön tartózkodik, de alkalmilag egyes használati tárgyakon (pl. fésűn, sapkán) is megtalálható.

Aktívan nem vándorol, döntően közvetlen érintkezéssel (pl. fejek összedugásával, birkózással, sugdolózással), illetve jellegzetes használati tárgyak (pl. fésű, hajkefe, kendő, sapka stb.) közvetítésével terjed.

Leggyakrabban a gyermekközösségekben (óvodákban, iskolákban) fordul elő.

A 3-12 év közötti gyermekek körében világszerte elterjedt, de a kamaszok és a felnőttek is szolgálhatnak rezervoárként.

Jellemző, hogy a fejtetves személyek túlnyomó többségén csak néhány kifejlett tetű található, és csak jóval ritkábban találkozunk nagymértékben fejtetves egyénekkkel.

A serkékből a lárva 5-8 nap alatt kel ki, és további 8-10 nap, míg a lárvából tetű lesz.

A tetű naponta három-kilenc petét rak, négy héten keresztül. Egy fejen általában ritkán van 5-10 tetűnél több – hacsak nem nagyon elhanyagolt.

Fénykerülő, a szárazságot jól tűri.

A serkék szobahőmérsékleten nem kelnek ki.

Érzékenyek a magas hőmérsékletre: 50°C-on percek, 60°C-on másodpercek alatt a tetvek és a serkék egyaránt elpusztulnak.

A fejtetű az éhezést rosszul tűri, naponta többször (5-10 alkalommal) vért szív; táplálék nélkül maximum egy hétig élhet. Kizárólag az ember véréből szívja, eközben olyan anyagokat választ ki, amelyek erős viszketést okoznak. A hívatlan vendéggel együtt élő ember a viszketés miatt erősen vakarózik, melynek során a fejbőr könnyen kisebesedhet, és bőrgyulladás alakulhat ki (tetű-ekcéma).

## **Terjedése**

Az egyéni fogékonyság igen különböző. Minden társadalmi-gazdasági osztályban előfordul, leggyakoribb 3-12 éves kor között. Közvetlenül a fejek érintkezésével terjed, a személyes használati tárgyak (fésű, sál, sapka, ágynemű), uszodavíz ritkán átvivő médium.

Mivel a fejtetű csak az emberen élőszködik, a fertőzés forrása mindig a már tetves ember. Elsősorban a fülek melletti, illetve mögötti területet kell gondosan átvizsgálni. Mivel a tetvek a fény elől gyorsan menekülnek, ezért főleg a serkéket kell keresnünk. A serke és az élő tetű a barna és a fekete hajban szabad szemmel is könnyen észrevehető, a világos hajúaknál már fokozottabb figyelem szükséges. A korpától való elkülönítés sok esetben elég nehéz lehet, azonban a serkét kézzel nem lehet lesepíteni, míg a korpát igen. Az élő serke a két köröm között összenyomva pattanó hangot ad, míg az elpusztultaknál vagy a kikelteknél ez már nem tapasztalható.

Gyakran csak a serkés állapottal találkozunk, ám ezekből a serkékből fejlődik ki a bogár, ezért kezelni kell az illető személyt.

## **Kezelés**

A kezelés a gyógyszertárakban kapható fejtetű-irtó szerrel történik, amit felkenve, úgy, mintha egy hajmosásra kerülne sor, tudjuk elvégezni.

Az egyes szereknek különböző hatóideje után a kezelt személy haját meg kell mosni és megszáritani. Itt azonban nem ér véget a feladatunk. A hajszállakon maradt serkéket le kell húzni, amit tehetünk sűrű fogazatú fésűvel és a kezünkkel, az ujjaink, körmünk segítségével. Ez időigényes, de elengedhetetlen része az irtásnak.

Itt szeretném megjegyezni, hogy ma már van olyan fejtető irtó szer, aminek a használata után a serkék a hajból gyakorlatilag a hajmosással eltávolíthatóak, ezért érdemes mindig a fejtetű irtó szer használatát alaposan elolvasni. Ezzel értékes időt takaríthatunk meg a kezelésnél.

A következő szerrel történő kezelést az első kezeléshez képest egy hét múlva elegendő megismételni. Addig minden nap át kell nézni a kezelt személy haját és a hajszállakon található serkét eltávolítani, fésűvel, körmünkkel.

Ezt a folyamatot mindaddig kell végezni, amíg fennáll a fertőzés, illetve amíg nem találunk tiszta, hajas fejbőrt.

Mindeközben a családtagok ellenőrzéséről sem feledkezhetünk meg. Fontos, hogy akivel a fertőzött személy kapcsolatba került, győződjünk meg róla, hogy az ő haja tiszta, serke és fejtetűmentes.

## **A megelőzés**

Első lépésben akadályozzuk meg az újrafertőződést.

A tetvek megtalálhatók az ágyneműben, ruházaton, plüss és gyapjú játékokon, fésűn, bútorhuzaton, autóülésen stb.

Ha az itt található tetveket nem távolítjuk el, akkor rövid időn belül újabb invázió várható.

Azon a napon, amikor a kezelést elkezdjük, a következő megelőző tennivalókat is el kell végeznünk.

Mossunk ki minden ruhát, ágyneműt, kabátot, sálát, plüss és gyapjú állatot, babát minimum 60°C-on. Ami nem mosható, vagy nem ilyen magas hőmérsékleten, azt egy zacskóban egy napra tegyük a mélyhűtőbe.

Bútorhuzatokat, szőnyegeket, autóüléseket alaposan porszívózzuk ki, a porzsákat használat után dobjuk ki.

A fésűket és keféket rendszeresen fertőtlenítsük a következő módokon: fertőtlenítés alkohollal, mélyhűtés, lemosás forró vízzel (> 60 °C).

*Közösségben fontos, hogy a hosszú hajú lányok haja legyen mindig összefogva hajgumival!*

*A hajcsattokat, hajgumikat, hajráfokat is rendszeresen tisztítsuk meg.*

*Mindenkinek legyen saját fésűje, még családon belül is!*

*Főleg téli időszakban, de nyáron a kalapok esetében is, ne cserélgessük a gyermekek sapkáit mosás nélkül. Legyen mindenkinek saját sapkája, fejfedője!*

*Családtagok kezelése, átnézése is nagyon fontos!*

A gyógyszertárakban, drogériákban fejtetű megelőző készítmény, gyógynövény-, és/vagy illóolaj kombinációkat tartalmazó készítmények is kaphatók. Előnyük, hogy nem rovarirtó szerek, és nem alakul ki rezisztencia. Az illóolajoknál vigyázni kell a bőr esetleges irritációjára.

## **Fejtetves haját kezelni lehet az alábbi szerekkel:**

**(a teljesség igény nélkül; sorrend a gyakorlati tapasztalatom alapján)**

**Hedrin:** dimetikont tartalmaz, már 6 hónapos kortól alkalmazható, illatanyagtól mentes, fizikai úton folytja meg a tetveket és a serkéket. Nem allergizál. Rendkívül jó tapasztalatok, visszajelzések a termékkel kapcsolatosan. Hatékony, de kíméletes készítmény.

**Paranit:** fejtetű irtó és serke eltávolító és megelőző spray. Nem tartalmaz rovarirtó szereket. A benne található kókusz- és ánizsolaj leblokkolja a fejtetvek légzőrendszerét, így azok megfulladnak és kiszáradnak.

**Neemoxan lotion** alkotórészei: miatyáncserje olaj, teafa olaj, levendulaolaj. A szer oldja azt a kötőanyagot, amellyel a serkék a hajszálhoz tapadnak; fontos a tetű és serke eltávolítására a gyakori fésülés.

**Neem kivonatok** (pl. WALA): A neem-fa leveléből készül, megakadályozza, hogy a tetű kitint hozzon létre, amely az életben maradásához feltétlenül szükséges. A száraz/nedves haját a folyadékkal bemasszírozzuk, a lehető legmelegebb hajszárítóval 10-15 percen át mindenhol alaposan megszáritjuk. Utána megfelelő sűrűségű (!!!) tetűfésűvel alaposan kifésüljük.

**Régi házi praktikák:**

Öblítsük hajunkat ecettel. Fényes lesz tőle a hajunk és természetes szer is.

Az ánizsolaj a tetveket gyorsan elpusztítja, ezért kenőcsalakban vagy borszeszes oldatban fejtetvek ellen is alkalmazzák.

Kapható tetűmegelőző kondicionáló spray is, teafa-, andiroba-, citromfű- és levendula olajat tartalmaz, 24-36 órán át tartja távol a tetveket.

FEJTETŰVEL BÁRKI FERTŐZŐDHET, ELKAPNI NEM SZÉGYEN. ELTITKOLNI, NEM KEZELNI, TOVÁBBADNI ÉS EZZEL KÖZÖSSÉGET VESZÉLYEZTETNI FELELŐTLENSÉG.

