

# علاج قمل الشعر والوقاية منه



## ما هو قمل الرأس؟

قمل الرأس (أو قمل الرأس البشري) عبارة عن حشرات طفيلية صغيرة بلا أجنحة بحجم حبة السمسم تتغذى على الدم بفروة رأس الإنسان. يتسم قمل الرأس بأنه سريع للغاية ويستخدم مخلبًا يشبه الخطاف للبقاء ملتصقًا بالشعر.

## من الذي يُصاب بقمل الرأس؟

يمكن لأي شخص أن يُصاب بقمل الرأس! حيث ينتشر بشكل أكثر شيوعًا في الأطفال في سن ما قبل المدرسة وفي سن المدرسة الابتدائية (من سن ٣ إلى ١٢ عامًا) والإناث. ومن المرجح أن يُصاب الأطفال بالقمل من أفراد الأسرة وزملاء اللعب أكثر من زملائهم في المدرسة.

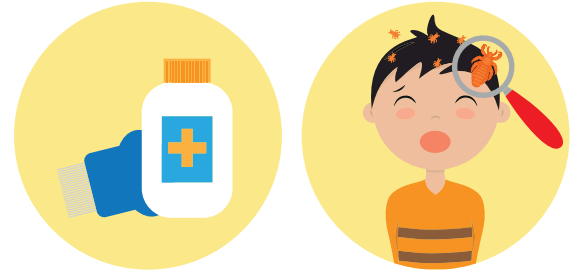
## ما هو الصئبان؟

الصئبان هو بيض القمل الذي تضعه أنثى القمل البالغة. فهي عبارة عن أكياس بيضاوية بيضاء بحجم رأس الدبوس. وتبلغ دورة حياة قمل الرأس حوالي ٣٠ يومًا يمكن خلالها لكل قملة أن تضع حتى ٧ إلى ١٠ قملات في اليوم.

## كيف ينتشر؟

الاتصال المباشر مع شخص مُصاب.  
الاتصال غير المباشر بالملابس الشخصية لشخص مصاب مثل الفرشاة والأمشاط والملابس والفرش والأثاث المنجد والديكورات الداخلية للسيارة.

## طريقة علاج القمل



- استخدم منتجًا مضادًا للقمل معتمد من إدارة الأغذية والعقاقير (FDA) متاح من دون وصفة طبية. يتوفر أيضًا منتجات بوصفة طبية.
- اقرأ التعليمات قبل استخدام أي منتج واتبع جميع التعليمات.
- مشط الشعر باستخدام مشط دقيق الأسنان لإزالة القمل والصئبان.
- عقم جميع الأمشاط والفرشاة قبل استخدامها مرة أخرى عن طريق غمرها في ماء ساخن (على الأقل ١٣٠ درجة فهرنهايت) لمدة ٥ إلى ١٠ دقائق أو انقعها في شامبو مضاد للقمل لمدة ساعة واحدة.
- افحص شعر طفلك يوميًا. قم بإزالة القمل يدويًا لمدة أسبوعين بعد العلاج الأولي.
- أعد إعطاء طفلك العلاج وفقًا للتعليمات الموجودة على العلبة أو الملصق.
- استمر في فحص رأس طفلك كل يومين إلى ٣ أيام لمدة أسبوعين إلى ٣ أسابيع على الأقل.

## العلامات والأعراض

الحكة والخدش عادةً في مؤخرة فروة الرأس والرقبة وخلف الأذنين.

قروح على الرأس بسبب الخدش.

رؤية قمل أو صئبان.

تذكر: تلتصق الصئبان بجذوع الشعر

قد لا تظهر أي أعراض على بعض الأطفال. لا تخلط بين

الأوساخ أو قشرة الرأس والصئبان.

## ماذا تفعل إذا كان أحد أفراد أسرتك

### مصابًا بالقمل

- يجب فحص جميع أفراد الأسرة الذين يعيشون مع شخص مصاب للتأكد من وجود قمل الرأس.
- عالج أي فرد من أفراد الأسرة مصابًا بقمل الرأس.

تحذير: يجب ألا يستخدم الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عامين أو النساء الحوامل أو المرضعات أي منتج مضاد للقمل.  
يجب على الأشخاص المصابين بأمراض مزمنة أو كبار السن استشارة مقدم الرعاية الصحية لهم.

## معلومات الوقاية

### هل يجب معالجة جميع أفراد الأسرة؟

يجب فحص جميع أفراد الأسرة المقيمين مع شخص مصاب للتأكد من وجود قمل الرأس.

عالج أي فرد من أفراد الأسرة مصابًا بقمل الرأس.

### هل البيئة المنزلية تحتاج إلى معالجة؟

- يوصى بالتنظيف الروتيني لبيئة الطفل، بما في ذلك غسل الملابس والفرش والمناشف المستخدمة حديثًا في ماء ساخن.
- يجب وضع الأشياء التي لا يمكن غسلها في أكياس بلاستيكية محكمة الغلق لمدة أسبوعين.
- قُم بتنظيف السجاد والمفروشات ومقاعد السيارة بالمكنسة الكهربائية.

### من الذي علي إبلاغه إذا كان طفلي يعاني

#### من قمل الرأس؟

- طبيب الأطفال
- غرفة الصحة المدرسية
- زملاء اللعب والأصدقاء المقربين خارج المدرسة

تذكر: يمكن أن يعيش قمل الرأس بعيدًا عن مضيف بشري لمدة تصل إلى ٤٨ ساعة وسوف تفقس الصئبان في غضون ٧ إلى ١٠ أيام.

### ماذا لو لم أتخلص من قمل الرأس بعد العلاج؟

استشر مقدم الرعاية الصحية المتابع لك.

### كيف يمكن وقف انتشار قمل الرأس؟

إن مفتاح النجاح في القضاء على عدوى قمل الرأس هو كسر دورة حياتها من خلال العلاج المناسب.

### هل سأتخلص من قمل الرأس؟

نعم، ستقضي عليه، لكن الأمر يستغرق وقتًا. لا تثبط عزيمتك! الأسباب

الرئيسية لاستمرار الإصابة بالطفيليات هي:

• لم تتبع التعليمات المدونة على المنتج.

• لم تزيل جميع القمل أو الصئبان.

• لم تُعالج البيئة بدقة..

تذكر: يحتاج كل شخص مصاب بقمل الرأس إلى علاج كامل. لذلك، لا تقسم عبوة واحدة من الشامبو أو حاوية من علاج الشطف بين الأشخاص المصابين.

### لا يوجد دليل على أن العلاجات التالية فعالة:

- مركبات الخل التي تدّعي أنها تذوب الصمغ الموجود على الصئبان "لتسهيل إزالتها"
- المايونيز
- زيت الزيتون
- زيت شجرة الشاي
- المستحضرات التي تدّعي أنها «تخنق» القمل
- هلام النفط
- المواد الكيميائية المنزلية الأخرى، بما في ذلك: الكيروسين، والبزيرين، ومخففات الطلاء، وزيت التربنتين



To request this information in an alternate format, contact the Fairfax County Health Department 703-246-2411 TTY 711 . A Fairfax County, Va., publication. October 2022

[fairfaxcounty.gov/health](https://www.fairfaxcounty.gov/health)