

درمان و پیشگیری از شپش سر



شپش سر چیست؟

شپش سر (Pediculosis Humanus Capitis) یک حشره انگلی کوچک و بدون بال به اندازه یک دانه کنجد است که از خون پوست سر انسان تغذیه می کند. شپش سر بسیار سریع است و از یک پنجه قلاب مانند برای چسبیدن به مو استفاده می کند.

رشک چیست؟

رشک همان تخم شپش است که توسط شپش ماده بالغ تولید می شود. این تخم ها کیسه های بیضی شکل سفید رنگی به اندازه نوک سنجاق هستند. چرخه زندگی شپش سر تقریباً ۳۰ روز است که در طی آن هر شپش ماده می تواند روزانه ۷ تا ۱۰ رشک تولید کند.

چه کسانی به شپش سر مبتلا می شوند؟

هر کسی ممکن است به شپش سر مبتلا شود! این عارضه بیشتر در سنین پیش دبستانی و دبستان (سنین ۳ تا ۱۲ سال) و دختران شایع است. احتمال ابتلای کودکان به شپش از طرف اعضای خانواده و همبازی هایشان بسیار بیشتر از همکلاسی هایشان در مدرسه است.

چگونه سرایت می کند؟

از طریق تماس مستقیم با فرد آلوده. تماس غیرمستقیم با وسایل شخصی فرد آلوده مانند برس، شانه، لباس، ملافه، مبلمان و لوازم خودرو.

نحوه درمان شپش

- از داروی ضد شپش بدون نسخه و مورد تأیید FDA استفاده کنید.
- داروهای نیازمند نسخه نیز در دسترس قرار دارند.
- قبل از استفاده از هر دارویی، دستورالعمل های آن را مطالعه و تمام آنها را دنبال کنید.
- برای از بین بردن شپش و رشک، موها را با یک شانه ضد شپش ریز دندان شانه کنید.
- همه شانه ها و برس ها را قبل از استفاده مجدد با غوطه ور کردن آنها در آب داغ (حداقل ۱۳۰ درجه فارنهایت) به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه ضد عفونی کنید یا به مدت ۱ ساعت در شامپوی ضد شپش قرار دهید.
- موهای کودک خود را هر روز بررسی کنید. رشک ها را به مدت ۲ هفته پس از درمان اولیه به صورت دستی پاک کنید.
- کودک خود را طبق دستورالعمل روی جعبه یا برجسب دارو شپش زدایی کنید.
- به مدت حداقل ۲ تا ۳ هفته، هر ۲ تا ۳ روز یک بار به بررسی سر کودک خود ادامه دهید.



علائم و نشانه ها

خارش و خراشیدگی معمولاً در پوست پشت سر و گردن و پشت گوش ها. زخم روی سر ناشی از خاراندن. شپش یا رشک قابل مشاهده. به یاد داشته باشید: رشک ها به مو می چسبند. برخی از کودکان ممکن است هیچ علائمی نداشته باشند. خاک یا شوره سر را با رشک اشتباه نگیرید.

اگر فردی در خانواده شما به شپش مبتلا شود، چه کاری باید انجام داد؟

- تمام اعضای خانواده که با فرد آلوده زندگی می کنند، باید از نظر ابتلا به شپش معاینه شوند.
- هر یک از اعضای آلوده به شپش سر خانواده را تحت درمان قرار دهید.

احتیاط: کودکان زیر دو سال یا زنان باردار یا شیرده نباید از داروهای ضد شپش استفاده کنند.
افراد مبتلا به بیماری مزمن یا کهنسالان باید با پزشک خود مشورت کنند.

اطلاعات مربوط به پیشگیری

آیا همه اعضای خانواده باید تحت درمان قرار گیرند؟
همه اعضای خانواده که با فرد آلوده زندگی می کنند، باید از نظر ابتلا به شپش معاینه شوند.

هر یک از اعضای آلوده به شپش سر خانواده را تحت درمان قرار دهید.

آیا محیط خانه نیاز به نظافت دارد؟

- نظافت روزانه محیط زندگی کودک از جمله شستن لباس های تازه استفاده شده، ملافه ها و حوله ها در آب گرم توصیه می شود.
- اقلامی که قابل شستشو نیستند باید به مدت ۲ هفته در کیسه های پلاستیکی نگهداری شوند.
- نظافت موکت، مبلمان و صندلی خودرو با جاروبرقی.



اگر کودک من به شپش سر مبتلا شود،
به چه کسی اطلاع دهم؟

- متخصص اطفال
- اتاق بهداشت مدرسه
- همبازی ها و دوستان نزدیک خارج از مدرسه

به یاد داشته باشید: شپش سر می تواند تا ۴۸ ساعت روی میزبان انسانی زنده بماند و لاروها ظرف ۷ تا ۱۰ روز از تخم بیرون می آیند.

اگر بعد از درمان از شپش سر خلاص نشدم، چه می شود؟
با پزشک خود مشورت کنید.

چگونه می توان از شیوع شپش سر جلوگیری کرد؟

کلید ریشه کنی موفقیت آمیز آلودگی به شپش سر شکستن چرخه زندگی آنها از طریق درمان مناسب است.

آیا برای همیشه از شپش سر خلاص خواهیم شد؟

بله، تمام می شود اما زمان می برد. ناامید نشوید! دلایل اصلی تداوم آلودگی عبارتند از:

- عدم رعایت دستورالعمل های دارو.
- عدم از بین بردن تمام شپش ها و رشک ها.
- عدم نظافت کامل محیط زندگی.

به یاد داشته باشید: هر فرد مبتلا به شپش نیاز به درمان کامل دارد. ظرف تکی شامپو یا محلول شستشو را بین افراد مبتلا تقسیم نکنید.

هیچ مدرکی دال بر اثربخشی درمان های

زیرو وجود ندارد:

- ترکیبات حاوی سرکه که ادعا می شود ماده چسبنده روی رشک ها را حل می کند «تا از بین بردن آنها راحت شود».
- سس مایونز
- روغن زیتون
- روغن درخت چای
- لوسیون هایی که ادعا می شود شپش را «خفه» می کنند.
- ژل پترولیوم
- سایر مواد شیمیایی خانگی از جمله: نفت چراغ، بنزین، رقیق کننده رنگ و تربانترین



به منظور درخواست این اطلاعات در قالب جایگزین، با اداره بهداشت شهرستان فیرفکس به شماره تلفن ۷۰۳-۲۴۶-۲۴۱۱ یا تلفن متنی (TTY) به شماره ۷۱۱ تماس بگیرید. انتشارات شهرستان فیرفکس، ویرجینیا. اکتبر ۲۰۲۲



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