

1177
VÅRDGUIDEN



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Lyssna - Talande webb ▶ Other languages ▶

Logga in

 Sök sjukdom, behandling...

SÖK

▼ Västra Götaland

FAKTA OCH RÅD ▼

REGLER OCH RÄTTIGHETER ▼

HITTA VÅRD ▼



Information och tjänster för din hälsa och vård. Besök 1177.se eller ring 1177 för sjukvårdsrådgivning. Öppet dygnet runt.

Huvudlöss

Huvudlöss finns i håret och nära hårbotten. De kan göra att det kliar i hårbotten. Huvudlössen sprids huvud mot huvud. Du kan upptäcka löss eller lusägg genom att kamma igenom håret över ett vitt papper. Det finns flera behandlingar du kan prova själv för att bli av med huvudlöss.

Huvudlössen lever av människors blod. De förflyttar sig genom att klättra på hårstråna och sprids därför genom kontakt huvud mot huvud. Löss som hamnat utanför håret, till exempel på golvet, i soffor eller på hyllor torkar snabbt ut och smittar inte. Risken för spridning via kammar, mössor och sängkläder är mycket liten.

Eftersom huvudlössen lever av blod och inte av smuts kan vem som helst få huvudlöss. Det har ingenting med hygien att göra.

Behandla lössen innan skolstart

Det är störst risk att få huvudlöss på sommaren, när de är som mest aktiva.

När skolterminen börjar kan sedan lössen spridas. Finkamma därför dina barn innan skolan börjar efter ett längre lov, och behandla eventuella löss. Det är det bästa sättet att förhindra lusepidemier.

För bästa resultat är det viktigt att alla i familjen, förskolegruppen eller skolklassen undersöker sig och behandlar eventuella löss samtidigt. Efter behandlingen kan barnen gå till förskolan eller skolan.

Hur upptäcker jag om jag har löss?

Oftast kliar det mycket i hårbotten om du har löss, men man kan ha löss utan att det kliar.

För att vara säker på att du har huvudlöss måste du ha upptäckt löss i håret. De är en till tre millimeter långa och genomskinliga. Färgen varierar från grå, brun, svart till röd beroende på när de har sugit blod.

De kan vara väldigt små och svåra att upptäcka. Enklaste sättet att upptäcka om du har löss är att använda en luskam. Det finns att köpa på till exempel apotek.

Gör så här för att upptäcka om du har löss:

- Kamma håret med balsam. Då håller sig lössen stilla och blir lättare att upptäcka. Se till att kamma igenom hela håret noggrant, från hårbotten längs hela hårstrået.
- Stryk av kammen på ett vitt papper efter varje kamtag. Om det finns löss i håret fastnar de i kammen eller hamnar på det vita pappret.
- Du kan också leta efter lusägg på hårstrået nära hårbotten. De kan vara lättare att upptäcka än själva lössen. De ägg som innehåller den blivande lusen är mörka. De tomma äggen är ljusa, ofta gulvita, ovala, ungefär en millimeter långa och följer med hårstråets utväxt.

Även om du hittar lusägg på hårstrån är det inget säkert tecken på att du har levande löss, eftersom äggen kan vara kläckta och tomma. Om du bara hittar tomma ägg ska du inte börja någon behandling. Äggen försvinner när hårstrået växer ut. Du kan också försöka kamma bort dem.

Luskamning:

Bildspel i artikeln



Börja med bakhuvudet

- Gör en lodrät bena och kamma igenom håret åt vardera sidan
- Gör sedan en ny bena strax intill och kamma på så sätt igenom hela håret



Fortsätt sedan att kamma igenom håret uppe på hjässan

Kamma noggrant bena för bena tills hela håret är genomkammat.



Kamma sedan håret från pannan till nacken



© Lotta Persson

Kamma därefter från nacken till pannan

Vad kan jag göra själv?

Bilder i kapitlet



© Lotta Persson

Kamma igenom håret noggrant med en luskam. Stryk av kammen mot ett vitt papper för att se lössen bättre.



© Lotta Persson

Lusen kan bli två till tre millimeter lång.

Om du har löss ska du kamma igenom håret noggrant och regelbundet, ungefär två till tre gånger i veckan. Men det räcker sällan som enda behandling. Det bästa sättet att bli av med huvudlöss är att kombinera luskamning med någon form av behandlingsmedel.

Det är bara om du har upptäckt levande löss som du ska behandlas med något medel. Du ska inte behandla huvudlöss i förebyggande syfte då effekten är mycket osäker och risken för att lössen ska bli resistenta ökar.

Rådgör med barnavårdscentralen eller en vårdcentral innan du behandlar barn under två år.

Alla som har löss i en familj eller grupp ska behandlas samtidigt för att minska risken att få huvudlöss igen.

Använd luskam

Luskammen är ett bra redskap för att

- hitta löss
- kontrollera att behandlingen fungerar
- skada löss och ägg

Välj en luskam som är CE-märkt. Du kan fråga på ett apotek om du är osäker. Kammen ska vara ljus med täta och styva tänder.

Behandla först med medicinteknisk produkt

Du kan först prova att behandla lössen med en medicinteknisk produkt, till exempel en som innehåller dimetikon, som är en silikonolja. Medicintekniska produkter ska vara CE-märkta.

Fråga på ett apotek om du är osäker på vad du ska välja.

Behandlingen verkar antingen genom att kväva lössen eller genom att förhindra att lössen gör sig av med vätskan som bildas när de sugit ut blod.

Använd så mycket av medlet att det täcker håret från hårbotten till toppen av hårstråna. Låt det verka så länge som det står i anvisningen på förpackningen. Skölj sedan ur. Finkamma håret för att få bort döda löss och ägg.

Följ bruksanvisningen noga.

Receptfria läkemedel om det behövs

Om medicintekniska produkter inte hjälper kan du behandla lössen

med receptfritt läkemedel som innehåller bensylbensoat och disulfiram.

Massera in en riklig mängd av medlet i håret, som ska vara helt täckt och skölj ur efter anvisad tid. Följ bruksanvisningen noga.

Det kan fortsätta klia i några dagar efter att du har avslutat behandlingen.

Använd de nyare medlen

Det är bra om du använder de medicintekniska produkterna eftersom en stor procent av huvudlössen blivit resistent, dvs motståndskraftiga, mot de tidigare rekommenderade läkemedlen.

Fortsätt att kamma håret

Fortsätt att kamma håret noggrant under två veckor efter sista behandlingen med något av medlen. Under dessa två veckor ska du kamma håret noggrant två till tre gånger i veckan.

Det gör du för att vara säker på att lössen verkligen försvunnit och inte kommit tillbaka. Personer i din omgivning bör finkamma sig lika länge, för att vara säkra på inte de också har fått löss.

Om du hittar levande löss kan det bero på att du inte följt bruksanvisningen tillräckligt noga, eller att du har fått nya löss.

Om du är säker på att du har följt bruksanvisningen och på att du inte fått nya löss, kan det vara så att lössen blivit resistent mot läkemedlet, fram för allt om du använt ett äldre läkemedel. Då ska du byta behandling till en medicinteknisk produkt, det vill säga till ett lusmedel med silikonolja.

Du kan hitta vita, tomma, lusägg i håret långt efter behandlingen. De följer med hårstråts utväxt. De kan sitta så hårt att de försvinner först när du klipper dig.

Finkamning av torrt hår med balsam

Du kan försöka bli av med lössen utan att använda läkemedel genom att noggrant kamma torrt hår med balsam. Men effekten är sämre än behandling med de olika lusmedel som finns.

Du måste kamma håret regelbundet, gärna varje dag, och mycket noga under minst två veckor. En grundlig kamning tar minst 20-30 minuter. Om håret är långt kan det ta ännu längre tid.

Gör så här:

- Gnid in balsam i torrt hår.

- Börja med att kamma håret med en vanlig kam eller borste för att reda ut tovtigt eller trassligt hår.
- Kamma igenom hela håret, bit för bit, med luskam. Gör det minst två gånger.
- Skölj av kammen varje gång du hittar en lus.
- Skölj ur håret.

Söka vård

Om du har provat olika behandlingar men fortsätter att hitta levande löss kan du kontakta BVC, skolsköterskan eller en vårdcentral.

Du kan alltid ringa och få sjukvårdsrådgivning på telefon 1177.

Redaktör:	Olga Beletski, 1177Vårdguiden
Granskare:	Lill-Marie Persson, överläkare, dermatologi och venerologi, Skaraborgs sjukhus
Illustratör:	Lotta Persson, illustratör, Göteborg