



### Профилактика и меры борьбы с педикулёзом

**Педикулёз или вшивость** - специфическое паразитирование на человеке вшей, питающихся его кровью. Различают три вида вшей: платяные, головные и лобковые. Головная вошь обитает на волосяном покрове головы. Платяные вши большую часть времени прячутся в одежде, паразитируя на теле «хозяина» только несколько минут в день. Чаще всего этих вшей можно обнаружить в местах уплотнения одежды (в складках, швах), там же они откладывают яйца.

Размножаются вши, откладывая яйца (гниды), которые держатся у корней волос за счет клейких выделений. Через 3-8 дней из них появляются личинки, которые уже через 3 недели достигают полноценного развития. Внешне маленькая и большая вошь отличаются лишь размером. Вши имеют коричневый, серый или светло-желтый окрас. Их размер варьируется от 0,5 до 6 мм. Благодаря трем парам ножек, паразит прикрепляется к волосам хозяина, образуя клешни, что помогает удерживаться на теле человека. Вошь имеет ротовой колюще-сосущий аппарат и очень развитые слюнные железы. Во время сосания насекомое протыкает кожу хоботком, что сопровождается зудом на коже человека. Продолжительность жизни насекомого на теле «хозяина» составляет 1-2 месяца, во внешней среде – 3-7 суток.

#### **Причины появления вшей**

Считается, что вшивость, или педикулез сопутствует местам, которые являются очагами природных катаклизмов и кризисных ситуаций в обществе. Вшивость – показатель низкой санитарной культуры, результат пренебрежения элементарными гигиеническими правилами (регулярным мытьем тела и головы, сменой белья, уходом за волосами). Но всё же, несмотря на это, ни один образованный, воспитанный и чистоплотный человек не может быть застрахован от заражения этими паразитами. Вши чрезвычайно плодовиты. Заболевание педикулезом происходит от зараженного вшами человека. Вши мигрируют от одного хозяина к другому при тесном контакте, через личные вещи (одежду, головные уборы, расчески и даже мягкие игрушки). Наиболее активно они мигрируют, когда у человека повышается температура тела вследствие заболевания, физической нагрузки, перегрева в жаркую погоду. Вши плохо переносят

высокую температуру. Вследствие этого они перемещаются к кончикам волос и, легко отцепляясь от них, в ряде случаев находят нового хозяина.

#### **Педикулез - риск заражения более опасными инфекционными заболеваниями**

Медицинское значение педикулеза обусловлено тем, что вши являются переносчиками возбудителя эпидемического сыпного тифа и волынской лихорадки. Опасность заражения тифом от вшей возникает через 4 суток с момента их паразитирования на больном человеке. Укус паразита, сам по себе, не представляет никакой опасности: заражение происходит при раздавливании насекомого и втирания жидкости, вытекающей из него, или его фекалий в поврежденные участки кожи (расчесы) при зуде, вызываемом укусом.

Необходимо помнить, что без лечения педикулез не пройдет. Постепенно больные привыкают к зуду, перестают его замечать и заражают здоровых людей.

#### **Профилактика педикулеза**

#### **Главная мера профилактики педикулёза - соблюдение правил личной гигиены!**

Для профилактики педикулеза необходимо:

- регулярно мыться (не реже 1 раза в 7-10 дней);
- производить смену и стирку нательного и постельного белья, систематическую чистку верхнего платья, одежды, постельных принадлежностей, регулярную уборку помещений;
- осуществлять регулярную стрижку и ежедневное расчесывание волос головы.

#### ***Педикулезу чаще подвержены дети: заражение может произойти в детских садах, школе.***

В плане личной гигиены детям следует рассказать о педикулезе в доступной, адаптированной для них форме. Объяснить, что это такое же заболевание, как и другие, которые передаются от человека к человеку, и что с ним также нужно бороться, т.к. оно не пройдет само собой. Следует обратить внимание ребенка на то, что вши не выносят чистоты, аккуратно подстриженных и ежедневно причесываемых частым гребешком волос. Не следует пользоваться чужими расческами, головными уборами, одеждой и особенно чужим бельем.

В сомнительных случаях, при тесном контакте ребенка с заболевшим, несмотря на отсутствие у него признаков педикулеза, желательны провести обработку головы соответствующими педикулоцидными средствами. Обработать голову ребенка следовало бы и после пребывания его во время каникул в условиях, в которых нельзя исключить возможное заражение.

Обычно тема педикулеза обсуждается с каким-то оттенком смущения. Ребенок с педикулезом становится предметом насмешек со стороны сверстников. Подобная психическая травма в детском коллективе переносится тяжело, и, зная об этом, ребенок может скрыть от окружающих, в том числе и родителей, обнаружение у себя вшей и попытаться самостоятельно справиться с возникшей проблемой. К сожалению, без элементарных знаний и навыков избавиться от паразитов удастся далеко не всегда.

## Меры борьбы с педикулезом

### ***Первый вариант - самостоятельная обработка.***

1. Купите в аптеке любое средство для обработки педикулёза.
2. Обработайте волосистую часть головы ребёнка средством строго в соответствии с прилагаемой инструкцией.
3. Вымойте ребёнка с использованием детского мыла или шампуня. Для мальчиков возможна стрижка наголо.
4. Удалите механическим способом (выберите руками или вычешите частым гребешком) погибших насекомых и гниды. Для снятия гнид необходимо смачивать пряди волос в растворе, приготовленном из равных количеств воды и 9% столового уксуса. Ополосните волосы тёплой водой.
5. Наденьте ребёнку чистое бельё и одежду.
6. Постирайте постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте их утюгом с использованием пара.
7. Осмотрите и при необходимости, обработайте всех членов семьи. Не забудьте о себе.
8. Сообщите о ситуации врачу (медицинской сестре) детского учреждения, которое посещает Ваш ребёнок, для проведения комплекса противопедикулезных мероприятий.
9. Повторите осмотры ребенка и всех членов семьи через **7, 14, 21** день и проведите при необходимости повторные обработки до полного истребления насекомых и гнид.

### ***Второй вариант — самостоятельный способ механической обработки.***

Проводится в случаях наличия у Вашего ребёнка *кожных, аллергических заболеваний и если возраст ребёнка до 5 лет.*

1. Вычешите живых насекомых частым гребешком желательно в ванную и смойте горячей водой.
2. Обработывайте пряди волос аккуратно, не касаясь кожи головы ребёнка, разведённым пополам с водой 9% столовым уксусом и снимайте гниды с волос руками или гребешком. На гребешок можно насадить вату, смоченную тем же раствором для улучшения отклеивания гнид.
3. Помойте голову и тело ребёнка детским мылом или шампунем.
4. Постирайте нательное и постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте утюгом с отпариванием.
5. Осмотрите и при выявлении насекомых, обработайте всех членов семьи. Для обработки взрослых членов семьи используйте противопедикулёзные средства, которые можно приобрести в аптечной сети.
6. Повторите осмотры ребенка и всех членов семьи через 7, 14, 21 день и проведите при необходимости повторные обработки волосистой части головы до полного истребления насекомых.

Лица, у которых обнаружен головной педикулез, должны быть обследованы и в плане возможного заражения другими видами вшей. У них следует тщательно осмотреть складки одежды, постельного и нательного белья, где обычно прячутся платяные в

## У ребёнка педикулёз? Что делать?

(Памятка для родителей)

**Педикулёз** или вшивость - специфическое паразитирование на человеке вшей, питающихся его кровью. Различают три вида вшей: платяные, головные и лобковые.

**Платяные вши** наиболее опасны в эпидемиологическом отношении, так как могут стать переносчиками сыпного тифа, возвратного тифа, волынской лихорадки. Питаясь кровью больного человека, платяные вши при укусе способны передавать возбудителей этих инфекций здоровому человеку.

Платяная вошь - самая крупная (размер до 5,0 мм), живет в складках и швах белья и одежды, где откладывает яйца, которые приклеиваются к ворсинкам ткани, а также к волосам на теле человека. Средняя продолжительность жизни взрослых особей вшей 35-45 дней. В течение жизни откладывает до 400 яиц. Платяные вши остаются жизнеспособными вне человека 2-3 суток, при понижении температуры до 7 суток.

**Головная вошь** - размер до 3,5 мм, живет и размножается в волосистой части головы, предпочитательно на висках, затылке и темени. Жизненный цикл от яйца (гнида) до взрослой особи 25-35 дней, откладывает за жизнь до 140 яиц. Вне тела хозяина погибает через сутки.

Основными **симптомами педикулеза** являются зуд, сопровождающийся расчесами. Расчесы нередко способствуют возникновению вторичных кожных заболеваний: гнойничковых поражений, дерматитов, пигментации кожи, экземы, у некоторых лиц развивается аллергия. В запущенных случаях может развиваться "колтун" - запутывание и склеивание гнойно-серозными выделениями волос на голове, кожная поверхность покрыта корками, под которыми находится мокнущая поверхность.

Главная мера **профилактики педикулёза** - соблюдение правил личной гигиены!

Для профилактики педикулеза необходимо:

- регулярно мыться (не реже 1 раза в 7-10 дней);
- производить смену и стирку нательного и постельного белья;
- производить систематическую чистку верхнего платья, одежды, постельных принадлежностей;
- производить регулярную уборку помещений;
- осуществлять регулярную стрижку и ежедневное расчесывание волос головы.

Если Вы обнаружили у Вашего ребенка педикулез, прежде всего, пожалуйста, успокойтесь и выберите любой удобный для Вас вариант действий.

### Первый вариант

1. Купите в аптеке любое средство для обработки от педикулёза (завшивленности).
2. Обработайте волосистую часть головы ребёнка средством строго в соответствии с прилагаемой инструкцией.
3. Вымойте ребёнка с использованием детского мыла или шампуня. Для мальчиков возможна стрижка наголо.
4. Удалите механическим способом (выберите руками или вычешите частым гребешком) погибших насекомых и гниды. Для снятия гнид необходимо смачивать пряди волос в растворе, приготовленном из равных количеств воды и 9% столового уксуса. Ополосните волосы тёплой водой.
5. Наденьте ребёнку чистое бельё и одежду.
6. Постирайте постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте их утюгом с использованием пара.
7. Осмотрите и при необходимости, обработайте всех членов семьи. Не забудьте о себе.
8. Сообщите о ситуации врачу (медицинской сестре) детского учреждения, которое посещает Ваш ребёнок, для проведения комплекса противопедикулезных мероприятий.
9. Повторите осмотры ребенка и всех членов семьи через 7, 14, 21 день и проведите при необходимости повторные обработки до полного истребления насекомых и гнид.

### **Второй вариант**

Проводится в случаях наличия у Вашего ребёнка кожных, аллергических заболеваний и если возраст ребёнка до 5 лет.

1. Вычешите живых насекомых частым гребешком желателью в ванную и смойте горячей водой.
2. Обрабатывайте пряди волос аккуратно, не касаясь кожи головы ребёнка, разведённым пополам с водой 9% столовым уксусом и снимайте гниды с волос руками или гребешком. На гребешок можно насадить вату, смоченную тем же раствором для улучшения отклеивания гнид.
3. Помойте голову и тело ребёнка детским мылом или шампунем.
4. Постирайте нательное и постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте утюгом с отпариванием.
5. Осмотрите и при выявлении насекомых, обработайте всех членов семьи. Для обработки взрослых членов семьи используйте противопедикулёзные средства, которые можно приобрести в аптечной сети.
6. Повторите осмотры ребёнка и всех членов семьи через 7, 14, 21 день и проведите при необходимости повторные обработки. В случае выявления насекомых и гнид проведите повторные обработки до их полного истребления.

***Желаем удачно справиться с педикулезом!***



## Что такое педикулёз?

Педикулез или вши. Что это такое? В переводе на русский это заболевание называется «вшивость» или заражение вшами. Вопреки распространенному общественному мнению, что вши - это удел военного времени и лиц без определенного места жительства, получить себе на голову маленькое и вредное домашнее животное может абсолютно каждый. Неприятности для человека несут три основных вида вшей: Вошь головная, Вошь платяная.



## Причины педикулеза

### Виды вшей

**Головна вошь** поселяется в волосистой части головы, предпочитая затылочные и височные области. Это полупрозрачное насекомое относится к мелким облигатным (постоянно встречающимся) паразитам и отряду пухоедовых. Основное их питание - человеческая кровь. Самка вши живет чуть больше месяца и откладывает по 10 яиц (гниды) в день, прикрепляя их к основанию волоса прочным клейким секретом и располагая их в виде колоска по 4-5 штук. Их ротовой аппарат приспособлен к прокусыванию кожи и высасыванию крови. При укусе паразит выделяет в ранку раздражающее вещество, вызывающее сильный зуд. Укушенный вшами человек испытывает нестерпимое желание расчесывать место укуса, своими руками заносит в ранку вторичную инфекцию. Появляется местная воспалительная реакция, покраснение, корочки и уплотнение кожи на месте расчесов. Эта инфекция может распространяться на соседние лимфатические узлы.

**Платяная вошь**, кроме зуда доставляет другие неприятности, являясь переносчиком таких опасных заболеваний, как сыпной тиф, Волынская лихорадка и возвратный тиф. В отличие от головной, она живет в складках одежды, и там же откладывает яйца. Поэтому укусы располагаются в местах контакта одежды с телом: на поясе, в локтевых и коленных сгибах, в области воротника.

К сожалению, заболеваемость педикулезом растет с каждым годом. Одними из причин этого, помимо смягчения климата, является недостаточная информированность людей о заболевании. Неправильное лечение педикулеза приводит не только к повторному заражению больного и его близких людей, но и помогает паразитам приспосабливаться к новым лекарствам.

## Как передаются вши

Вошь не умеет летать и прыгать, но хорошо ползает, бегает и даже плавает! Нового хозяина она находит, ориентируясь на запах. Легко можно получить незваного гостя на свою голову, пользуясь любым предметом, который касается сначала больной головы, а потом здоровой: расческой, шапкой, наушниками.

В группу риска по заражению педикулезом составляет дети, причем чаще в возрасте от 5 до 12 лет. Это можно объяснить тем, что в этом возрасте детки обычно активно общаются в тесном общении со сверстниками в детских коллективах. Дети становятся самостоятельнее, снижается контроль родителей за вопросами личной гигиены. Но собственные привычки у детишек еще не достаточно сформированы. Поэтому специфичными контактными предметами, через которые происходит инфицирование вшами у детей можно назвать мягкие игрушки, карнавальные костюмы, постельное белье в детских лагерях и детских садах.

Взрослые легко заражаются вшами от детей в семье, так же возможно инфицирование в банях, бассейнах и парикмахерских, а также при обслуживании детских учреждений или нахождении в скученных коллективах (военные, места лишения свободы).

## Симптомы и диагностика педикулеза

Диагноз педикулеза не вызывает технических осложнений: достаточно обнаружить живые особи вшей или гниды при осмотре невооруженным взглядом или под увеличением.



Большую сложность представляет психологическая сторона вопроса. Пациент, услышав, что у него вши, часто воспринимает такое известие в штыки. Раньше доктору практически невозможно было доказать необходимость лечения, так как небольшой размер паразита и активное его передвижение, а также часто неидеальное зрение врача легко вызывают сомнения. В последнее время данную ситуацию в корне изменяет видеодерматоскопия (осмотр кожных покровов под увеличением, с записью на видеоноситель). Теперь в сомнительных случаях можно подтвердить диагноз.



*Гнида головной вши*

### ***Лечение педикулеза***

Как избавиться от вшей? Набор препаратов для лечения педикулеза на сегодняшний день кардинально отличается от того, что было ранее. Сейчас уже лечение педикулеза не требует бритья головы (кроме случаев аллергии на ВСЕ существующие препараты, что крайне редко встречается). Также не стоит использовать крайне неароматные народные способы, такие как Керосин с маслом, дуст, чемеричная вода. К тому же они совсем не гарантируют положительный результат, а вот испорченные волосы, ужасный запах, или даже отравление – гораздо более вероятны.

В аптечных сетях сейчас присутствует масса средств для дезинсекции (уничтожение насекомых). Все они имеют разное действующее вещество и форму (от мази до спрея). Внимательно прочитав инструкцию, проведите обработку пораженных вшами участков, обращая внимание на то, что:

- Не стоит пренебрегать повторной обработкой - во время первой обработки лекарство может «пощадить» несколько гнид, которые станут источником повторной инфекции.
- Обязательно осмотр и лечение педикулеза проводят одновременно всем членам коллектива (группы в детском саду, семьи, отделения), так как непролеченный человек снова станет источником инфекции. Для этого производители лекарственных средств создают упаковку, средства из которой хватит не на один раз.
- В точности выполняйте все инструкции - паразиты приспосабливаются очень быстро, и приходится применять все более сложные средства. На сегодняшний день предпочтение стоит отдавать комбинированным препаратам.



- В течение двух суток от начала лечения обязательно выстирать при высоких температурах и прогладить горячим утюгом все постельное и нательное белье больного.
- После лечения в течение двух недель необходимо наблюдение за кожными покровами больного, чтобы убедиться в полном избавлении от вшей. Такой временной интервал обусловлен сроками развития гниды.
- Для того, чтобы удалить гниды, плотно прикрепленные к волосам, необходимо вычесывать их специальным очень частым гребнем. Иногда производители противопедикулезных средств вкладывают их в упаковку с лекарственным препаратом. Но их можно приобрести и отдельно. Мне встречались даже специальные гребни, на которые были нанесены насечки лазером, для более эффективного результата.



*Вычесывание гнид частым гребнем*

### ***Осложнения педикулеза***

Наиболее часто встречающийся педикулез волосистой части головы особой опасности для человека не представляет, кроме неприятного зуда и вторичной инфекции кожи головы. Платяная вошь - переносчик тифозной инфекции - на сегодняшний день встречается не так часто. Заражение ей распространено в основном среди людей, не имеющих возможности регулярно мыться и носить чистую одежду. Проявляется тиф общим повышением температуры, появлением сыпи и другими симптомами. В этом случае необходима консультация врача - инфекциониста и изолированное лечение в инфекционном отделении.

### ***Профилактика заражения вшами***

Для профилактики педикулеза необходимо просто регулярно совершать гигиенические мероприятия (мытьё и расчесывание головы, регулярный осмотр волосистой части головы) и иметь для этого индивидуальные приборы (расчески, бигуди, одежду).

Педикулез – неприятная болезнь, ей подвержен каждый. Не стоит этого стесняться, пройдите лечение и забудьте об этой проблеме.

Берегите себя и своих детей



## Как правильно ухаживать за волосами?

При мытье используйте специальный детский шампунь, в нем минимальное содержание щелочей и, кроме того, он не щиплет глаза и меньше раздражает кожу головы. Перед применением разведите его теплой водой в пластиковом стаканчике — менее концентрированный шампунь лучше промывает тонкие детские волосики. Если волосы малыша тусклые, после мытья их можно сполоснуть водой, в которую добавлен лимонный сок (на литр воды 2 стол. ложки), заменять лимон уксусом или чем-то другим не следует — кожа детей требует только натуральных веществ. Специалисты не рекомендуют часто сушить голову ребенка феном — это плохо влияет на структуру волос и к тому же горячий воздух может вызвать спазм сосудов. Очень важно правильно подобрать гребень — он должен быть со средними зубьями. Если у крохи не слишком густые волосы или появилась перхоть — стоит воспользоваться рецептами народной медицины. Втирайте в кожу головы отвар крапивы (1 стол. ложку заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час), споласкивайте отваром ромашки (если волосы светлые). Для темных волос подходит хмель. Возьмите горсть шишек хмеля, залейте 0,5 литра кипящей воды, настаивайте 20 минут, процедите и споласкивайте волосы после мытья.

## Анкета для родителей.

### «Здоровье детей в наших руках»

*Приглашаем Вас принять участие в опросе. Ваши ответы помогут сделать оздоровительную работу нашего детского сада и более эффективной.*

*Обратите внимание на оформление ответов. Они предполагают возможность текстового заполнения или выбор одного из предложенных вариантов.*

1. «Здоровый образ жизни» – как Вы это понимаете?

- Правильное питание
- Соблюдение режима дня
- Благоприятные условия окружающей среды
- Гармоничные отношения в семье
- Занятия физической культурой
- Другое \_\_\_\_

2. Какие факторы, с Вашей точки зрения, в большей степени влияют на состояние здоровья человека?

- Экологические загрязнения
- Наследственные заболевания
- Недостаточный уровень двигательной активности
- Неправильное питание
- Вредные привычки
- Другое \_\_\_\_

3. Часто ли болел Ваш ребенок в течение прошлого года?

- Да. Сколько раз? \_\_\_\_
- Нет

В чем Вы видите причины заболеваний? \_\_\_\_

4. Изменилось ли здоровье Вашего ребенка за время посещения детского сада?

- Улучшилось
- Осталось таким же
- Ухудшилось

5. На что, по Вашему мнению, должны обратить особое внимание семья и детский сад, заботясь о здоровье и физическом воспитании ребенка?

- Соблюдение режима
- Рациональное питание
- Полноценный сон
- Достаточное пребывание на свежем воздухе
- Здоровая гигиеническая среда
- Благоприятная психологическая атмосфера
- Закаливающие мероприятия
- Другое \_\_\_\_

6. Установлен ли для Вашего ребенка дома режим дня?

-Да -Нет

Если «Да», укажите время основных его компонентов

Будние дни Выходные дни

- Прием пищи
- Ночной сон
- Дневной сон
- Прогулка

8. Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления здоровья Вашего ребенка?

- Посещение врачей
- Занятия физическими упражнениями
- Закаливание
- Дыхательная гимнастика
- Массаж
- Прогулки на свежем воздухе
- Правильное питание
- Другое \_\_\_\_

9. Как часто Вы уделяете внимание укреплению здоровья своего ребенка?

- Регулярно
- От случая к случаю
- Не уделяю
- Другое \_\_\_\_

10. Есть ли причины, мешающие уделять внимание здоровью ребенка? Если есть, то какие?

- Отсутствие специальных знаний и умений
- Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости
- Причины в собственной инертности
- Другое \_\_\_\_

11. В какой информации в данной области Вы нуждаетесь?

- Профилактика простудных заболеваний
- Организация рационального питания
- Двигательный режим ребенка дошкольного возраста
- Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей
- Закаливание ребенка дошкольного возраста
- Режим дня дошкольника
- Физическая и психологическая готовность к школе
- Другое \_\_\_\_

12. Какие формы и виды физической активности используете Вы лично?

- Утренняя зарядка
- Закаливающие процедуры (водные, сауна и др.)
- Занятия в оздоровительных группах (лечебная физкультура, бассейн и др.)
- Пешие прогулки
- Занятия спортом
- Туризм
- Другое

13. Продолжите следующее утверждение: «Я считаю, что соблюдаю здоровый образ жизни

на \_\_\_\_%, потому что я \_\_\_\_

\_\_\_\_\_



