

Hoofdluis

Kammen, kammen en nog eens kammen
Als hoofdluis in een huishouden of op school wordt ontdekt is dat nooit reden voor een feestje. Want om hoofdluis te elimineren moeten grote inspanningen worden geleverd. Bovendien, wat is eigenlijk de beste manier om hoofdluis te bestrijden?

Het is het eerste weekend van de zomervakantie wanneer onze dochter zegt: "Volgens mij heb ik luizen, ik heb jeuk." Oh nee, het zal toch niet waar zijn? We inspecteren haar haar met een luizenkam en na wat speurwerk zien we ze ineens. Luizen én neten, en wat zijn ze klein. We hebben hoofdluis in huis! Waar heeft onze dochter die luizen vandaan? Natuurlijk ergens van school. Of zouden de luizen van dat kampeerpartijtje afkomstig zijn? Vijf meiden met hun lange haren een nacht gezellig naast elkaar. Feit is dat de bezitter van hoofdluis die hoofdluis altijd van iemand anders heeft gekregen. Dus ook degene die onze dochter besmet heeft, heeft de hoofdluis van iemand anders gekregen. Toch moet een schuldige aangewezen worden, want er staat ons de komende weken heel wat werk te wachten. Gelukkig hebben we vakantie en hebben we alle tijd.

Na de eerste paniek en controle van de anderen is het tijd voor actie. Naar de drogist voor lotions, gif en kammen. Twee uur na de eerste ontdekking van de hoofdluis zijn we allemaal geluizenpluisd, en hebben we ons haar gewassen met anti-luizenshampoo. Daarna kleren wassen, beddengoed wassen, knuffels in de magnetron, dekens in de vriezer, enzovoort, enzovoort.

Het duurt bijna anderhalve dag voordat al het wasgoed heet is gewassen of in de magnetron of vriezer is geweest. Wat een werk en wat een energie gaat er in dat vervelende kleine beestje zitten. Hoeveel geld zou die hoofdluis ons eigenlijk kosten?

De luizenshampoo is een wanhoopsgreep: het idee van bloedzuigende kriebelbeestjes op je hoofd doet verlangen naar een paardenmiddel, een alles afdodend gif. Maar is anti-luizen-shampoo wel voldoende in de strijd tegen luizen in het huishouden? De adviezen die via het internet te vinden verschillen nogal. Waar de één alleen dagelijks kammen adviseert, vindt de ander dat alles in huis moet worden ontsmet.

In de winkel is van alles tegen luizen te vinden. Naast de gewone luizenkam of netenkam bestaan ook elektrische luizenkammen. Bij de apotheek is er de keus tussen anti-luizen-shampoo en anti-luizenlotions die verschillende doelen dienen. En dan is er zelfs een wasmiddel tegen luizen. Wat te kiezen uit dat enorme assortiment?

Als ecologen weten we dat je voor de bestrijding van een plaagsoort naar de biologie en ecologie van die soort moet kijken om een juiste bestrijdingsstrategie te kiezen. Dus, hoe leeft die hoofdluis eigenlijk en waar heeft hij behoefte aan?

Biologie en ecologie van de hoofdluis

Een hoofdluis (*Pediculus humanus capitis*) is een insect dat tot de orde Dierluizen (orde Phthiraptera) behoort. Volgens het Landelijk Steunpunt Hoofdluis worden 240.000 kinderen per jaar besmet. Doorgerekend betekent dat 15% van de kinderen in aanraking komt met hoofdluis.

De hoofdluis komt niet op andere zoogdieren voor, maar voedt zich uitsluitend met mensenvloed. Ze dragen geen ziektes over.

De hoofdluis leeft graag op mensenhouders, waar het zich met zijn pootjes stevig aan het haar vasthoudt. Een luis kan ongeveer 3 mm lang worden en is bruin tot grijs van kleur. Als de luis zich net te goed gedaan heeft aan bloed, dan is de luis rood. Volwassen luizen leven een maand en leggen vier tot acht eitjes per dag. De eitjes die een luis legt worden neten genoemd. De neten worden vastgeplakt aan de haren, op ca. 1 cm vanaf de hoofdhuid. Het liefst op de warmste plekjes van het hoofd: achter de oren, in de nek en in de pony. De neten zijn witgrijs en ongeveer 1 mm groot. Ze komen na ongeveer een week uit. De jonge luizen zijn na zeven tot tien dagen volwassen en gaan daarna zelf ook weer eitjes leggen. Iemand die besmet is en waar flinke aantallen neten en luizen op worden aangetroffen is over het algemeen al enkele weken daarvoor besmet geraakt.

Luizen zijn gevoelig voor uitdroging en hebben een warme en vochtige omgeving nodig om te kunnen overleven. Ze kunnen zonder deze omgeving slechts een dag of twee overleven.

Hoofdluis springt niet van het ene hoofd naar het andere, maar kan alleen overlopen. Dus vooral als hoofden naast elkaar liggen kan hoofdluis van de ene naar de andere persoon klimmen. Besmetting vindt voornamelijk plaats via de luizen en niet via losgeraakte neten.



Neten. Foto: Chantal Vogels.



Larve kruipt uit een neet. Foto: Chantal Vogels.



Volwassen hoofdluis. Foto: René Krekels. www.renekrekels.nl.



Dochter Annemieke controleert ook een keer zelf haar haar met een luizenkam.

Foto: José Vos.



Landelijk Steunpunt Hoofdluis

Voor ouders:
• Hoe, hoe en hoe hoofdluis
• Kam kam
• Wanneer verwijderen van luis

Voor school:
• Aanpak van kammen van school
• Luizenkam



Enfin, tijdens onze vakantie hebben we braaf gekamd met de luizenkam en af en toe gewassen met anti-luizenshampoo. Er was geen gekriebel of gekrab meer bij onze kinderen. Weer thuisgekomen nodigen we een vriendinnetje uit om bij ons te kampeer-logeren, lekker een nachtje slapen in onze grote tent. Ze krabt af en toe op haar hoofd. Hé, zij was toch ook bij het kampeerfeestje van twee weken geleden? De volgende ochtend controleert moeders zichzelf met de luizenkam, voor de zekerheid. Het zal wel niets zijn. Maar helaas! Er valt een kanjer van een luis in de wasbak gevolgd door een kleintje. Het is weer zover. Dochter en man lijken geen luis te hebben. Zoonlief kweekt ook luizen op zijn hoofd. Het vriendinnetje blijkt niets in haar haar te hebben. Wie-o-wie heeft ons ooit aan die hoofdluis geholpen?! Daar gaan we weer. In twee dagen zijn we vele wasbeurten, droogtrommelrondes, hete handwassen en douches met anti-luizenshampoo verder. We zullen twee weken lang braaf elke dag met de luizenkam kammen en hopen dat we dan die kriebelparasiet wel hebben verslagen.

Bestrijding van hoofdluis: verschillende adviezen

Op internet zijn verschillende adviezen te vinden over de aanpak van hoofdluis. Alleen dagelijks kammen maakt deel uit van elk advies. Het Landelijk Steunpunt Hoofdluis geeft een vijf stappenplan dat van hun website te downloaden is. Er kan gekozen worden voor nat kammen of voor fysische of chemische bestrijding volgens het stappenplan. Deze twee opties komen neer op twee weken lang elke dag kammen met een luizenkam, wel of niet in combinatie met een fysische of chemische behandeling aan het begin van het behandelingstraject. Twee weken kammen wordt voldoende bevonden omdat dan alle aanwezige neten zijn uitgekomen en ook de jonge luizen zo weggekamd worden. Aangenomen kan worden dat de volwassen en eierleggende luizen na de eerste dagen uit het haar zijn gekamd.

Met de luizenkam worden de luizen verwijderd en niet de neten. De neten zijn te klein en zitten stevig vastgekit aan de haren. Doordat ze vastgeplakt zitten, groeien ze mee met de haren, maar zullen uiteindelijk losgaan en verdwijnen.

Omdat het kammen van lang en droog haar met de luizenkam een lastige klus is, is het aan te raden om het haar nat te maken en crèmespoeling te gebruiken.

Een variant op de gewone luizenkam is de elektrische luizenkam. De luizen worden bij aanraking van de tanden van de kam geëlektrocuteerd en gaan dus direct dood. Deze kam kan alleen in droog haar gebruikt worden. De effectiviteit van een elektrische luizenkam is echter niet wetenschappelijk onderzocht.

Chemische bestrijdingsmiddelen tegen hoofdluis bevatten meestal malathion of permethrin. Hoofdluis kan resistentie ontwikkelen tegen chemische middelen. In andere Europese landen is resistentie al aangetoond, maar over resistentie bij Nederlandse hoofdluis zijn geen gegevens beschikbaar.

Dimeticon is een fysisch bestrijdingsmiddel. Dimeticon verstikt de luis en de neten binnen enkele minuten. Het grote voordeel van fysische bestrijdingsmiddelen is dat hoofdluis hier tegen geen resistentie kan opbouwen. In Nederland is een aantal middelen met verschillende concentraties dimeticon op de markt. Over de effectiviteit van lotions met lage concentraties dimeticon (4%) is discussie. De zogenaamde dimeticon gels met hoge concentraties dimeticon (92-100%) doden luizen en neten in 1,5 tot 60 minuten voor 97 tot 100%. Deze percentages gelden echter onder laboratoriumomstandigheden, het is niet duidelijk hoe effectief de gels zijn in hoofdhaar.

Ook voor hoofdluis geldt: voorkomen is beter dan genezen. Vermijd het delen van mutsen, sjaals en borstels. Op scholen worden kleren in de zogenaamde luizencapes opgehangen. Het RIVM promoot luizencapes echter niet, omdat de effectiviteit er niet van is aangetoond. Ook is het belangrijk om besmetting van anderen te voorkomen. De kans dat anderen besmet zijn is reëel, dus ook het pijnlijke informeren van je omgeving mag niet overgeslagen worden.

Landelijk Steunpunt Hoofdluis adviseert ouders om wekelijks of in ieder geval als een kind jeuk op het hoofd heeft, te controleren op hoofdluis met een luizenkam.

Referenties

- Heukelbach, J., S. Sonnberg, H. Becher, I. Melo, R. Speare, F. Araujo Oliveira. 2011. Ovicidal efficacy of high concentration dimeticon: A new era of head lice treatment. *Journal of the American Academy of Dermatology*, Volume 64(4): e61-e62.
- LCI Richtlijn Hoofdluis. 2012. Te downloaden van RIVM-website: www.rivm.nl.
- Ogg, B., S. Cochran. 2006. Managing head lice safely. University of Nebraska-Lincoln.
- Richling I., W. Böckeler W. 2008. Lethal effects of treatment with a special dimeticon formula on head lice and house crickets (Orthoptera, Ensifera: Acheta domestica and Anoplura, phthiraptera: Pediculus humanus). *Insights into physical mechanisms. Arzneimittelforschung*. Vol. 58(5): 248-54.
- Vogels, C.B.F., W.D.C. Dam-Deisz, C.B.E.M. Reusken, H. Sprong, D. Beaujean, E. Tjisse-Klasen, M.A.H. Braks. 2011. Is resistance lousing things up in the Netherlands? *Proceedings NEV 2011*.
- Website Landelijk Steunpunt Hoofdluis: www.landelijksteunpunthoofdluis.nl.