

Tout ce qu'il faut savoir sur les poux...

Petite présentation...



Insecte grisâtre qui vit sur le cuir chevelu et les cheveux.

La femelle pond 6 à 8 œufs (lentes) par jour.

Les poux vivent environ 20 jours et ils ne peuvent ni voler, ni sauter, ni nager, mais ils peuvent courir très vite.

Ils peuvent vivre 3 jours en dehors des cheveux.

Comment les attrape-t-on ?



Par contact direct
tête à tête



Par contact direct de
peignes, brosses à
cheveux, attaches
cheveux.



Par échanges de
chapeaux,
casquettes,
foulards...



Par contact avec
les taies
d'oreillers, draps,
couvertures

Comment savoir si on a des poux ?

- ❖ On peut avoir des démangeaisons et se gratter fortement le cuir chevelu.
- ❖ En examinant la tête deux fois par semaine avec un peigne fin au-dessus d'une feuille blanche. Passer le peigne fin de la racine vers la pointe des cheveux.
- ❖ Examiner sous un bon éclairage. Vérifier le peigne fin après chaque coup de peigne pour voir s'il y a des lentes ou poux.
- ❖ Chercher les lentes notamment derrière les oreilles et dans la nuque. Elles sont collées aux cheveux contrairement aux pellicules.

Que faire si on a des poux ?

Il existe différentes méthodes de traitement

Traitement naturel :

Avantages : efficace et moins agressif que le shampoing anti-poux traditionnel

Traitement à base d'huile végétale et d'huiles essentielles.

- Mélanger 3 à 5 cuillères à soupe (selon la longueur des cheveux) avec 5 gouttes d'huiles essentielles d'arbre à thé (tea tree) et 5 gouttes d'huiles essentielles de lavande.
- Répartir sur l'ensemble de la chevelure et recouvrir les cheveux d'un plastique cellophane
- Laisser agir 30min, puis passer un peigne fin dans les cheveux
- Laver les cheveux avec le shampoing habituel
- Renouveler l'opération le lendemain et 7 jours plus tard. Bien peigner les cheveux tous les jours au peigne fin

Shampoing/lotion anti-poux



Traitement disponible en pharmacie selon les arrivages. Suivre les consignes indiquées sur le produit

Traitement médical



Si l'invasion est récurrente ou s'il est difficile de venir à bout des poux, il peut être nécessaire de consulter un médecin qui pourra prescrire un traitement antiparasitaire.

- Il est aussi nécessaire de traiter les cachettes des poux (peignes, brosses, **casquettes**, foulard, **matelas**, **draps...**)
- Surveiller l'entourage et le traiter si besoin, car les poux passent d'une tête à une autre facilement.
- Répétez le traitement sur plusieurs jours.
- Surveillez les têtes de vos enfants régulièrement !

Pour tous renseignements complémentaires, n'hésitez pas à solliciter les infirmières scolaires qui vous conseilleront selon votre situation.

Mail : service.sante@lfrd.net

Tel : 012.470.390

អ្វីគ្រប់យ៉ាងដែលអ្នកត្រូវដឹង អំពីសត្វចៃ

ការបង្ហាញខ្លះៗអំពីសត្វចៃ



វាជាសត្វល្អិតពណ៌ប្រផេះដែលរស់នៅលើស្បែកក្បាល និងក្នុងសក់។
មេចៃពងពី៦ទៅ៨ពង (ពងចៃ) ក្នុង១ថ្ងៃ។
សត្វចៃអាចរស់បានរយៈពេល២០ថ្ងៃ ពួកវាមិនអាចហោះ លោត ឬហែលទឹកបានទេ ប៉ុន្តែពួកវាវាត់លឿនណាស់។
សត្វចៃអាចរស់បានរយៈពេល៣ថ្ងៃ នៅខាងក្រៅសក់។

យើងអាចឆ្លងចៃ យ៉ាងដូចម្តេច?



ប៉ះក្បាលជាមួយនឹងក្បាល អ្នកមានចៃ ដោយផ្ទាល់	ប្រើស្និតសិតសក់ ក្រាស់ កៅស៊ូចង សក់ ឬ ជាមួយអ្នកមានចៃ	ដូរមួក កន្សែងបង់ក គ្នាប្រើ ជាមួយអ្នកមានចៃ	ការប៉ះក្បាលនឹងស្រោម ខ្នើយកើយ កម្រាលពូក ភួយ របស់អ្នកមានចៃ
--	--	--	--

ធ្វើដូចម្តេចទើបដឹងថាយើងមានចៃ?

- ❖ យើងរមាស់ក្បាល និងអេះស្បែកក្បាលខ្លាំងៗ
- ❖ ត្រូវពិនិត្យក្បាល២ដងក្នុងមួយសប្តាហ៍ ដោយសិតសក់(ពិតល់សក់មកចុងសក់) ជាមួយនឹងស្និតដែលមានធ្មេញញឹក
ទៅលើក្រដាសពណ៌ស
- ❖ ត្រូវពិនិត្យក្រោមពន្លឺច្បាស់ល្អ។ ពិនិត្យមើលស្និតក្រោយពេលសិតសក់មួយស្និតៗ ថាតើមានឃើញពងចៃ ឬសត្វចៃដែរឬទេ?
- ❖ រកពងចៃ ជាពិសេសរកនៅខាងក្រោយត្រចៀក និងកញ្ជឹងក។ ពងចៃនៅជាប់នឹងសក់ បញ្ជ្រាស់ពីអង្កែ។

ធ្វើដូចម្តេចប្រសិនបើយើងមានចៃ?

មានវិធីព្យាបាលផ្សេងៗគ្នា

- វិធីព្យាបាលបែបធម្មជាតិ ៖**
- គុណប្រយោជន៍ ៖** មានប្រសិទ្ធភាព និងប៉ះពាល់តិចតួចជាងសាប៊ូកក់សក់សម្រាប់កំចាត់ចៃ
- ការព្យាបាលដោយផ្អែកលើប្រេងបន្លែ និងប្រេងរុក្ខជាតិ។
- លាយទឹក៣ទៅ៥ស្លាបព្រា (ទៅតាមប្រវែងសក់) ជាមួយនឹងប្រេងដើមតែ៥តំណក់ និងប្រេងផ្កាឡារេនខ័រ៥ដំណក់
 - លាបលើសក់ទាំងស្រុង និងគ្របសក់ជាមួយនឹងថង់ព្រាស្លឹក
 - ទុក៣០នាទី រួចសិតសក់ជាមួយនឹងស្និតដែលមានធ្មេញញឹក
 - បន្ទាប់មកកក់សក់ជាមួយនឹងសាប៊ូកក់សក់ដែលប្រើជាប្រចាំ
 - អនុវត្តវិធីខាងលើម្តងទៀតនៅថ្ងៃបន្ទាប់ រួចមកអនុវត្តម្តងទៀតនៅពេល១សប្តាហ៍ក្រោយ។ សិតសក់ឲ្យបាន
ហ្មត់ចត់ជារៀងរាល់ថ្ងៃជាមួយនឹងស្និតដែលមានធ្មេញញឹក។

ការប្រើសាប៊ូកក់សក់ ឬទ្យេងលាបសក់កំចាត់ចៃ



អាចរកទិញបាននៅតាមឱសថស្ថាន រូចអាន និងអនុវត្តតាមការណែនាំដែលបញ្ជាក់នៅលើផលិតផលនោះ។

ការព្យាបាលដោយប្រើថ្នាំកំចាត់ចៃ



ប្រសិនបើកើតចៃម្តងហើយម្តងទៀត ឬពិបាកក្នុងការកំចាត់ចៃ ចាំបាច់គួរតែទៅពិគ្រោះជាមួយវេជ្ជបណ្ឌិតដើម្បី ឲ្យគាត់ចេញវេជ្ជបញ្ជាព្យាបាលជំងឺដែលកើតឡើងពីពពួកប៉ារ៉ាស៊ីត។

- វាជាការសំខាន់ផងដែរក្នុងការសម្អាតកន្លែងលាក់ខ្លួនរបស់សត្វចៃ (ស្និត ក្រាស ម្លូក កន្សែងបង្កក ពូក ភួយ -ល-)។
- ពិនិត្យមើលអ្នកជុំវិញខ្លួន បើគេមានចៃត្រូវតែព្យាបាល ពីព្រោះថាចៃអាចឆ្លងពីម្នាក់ទៅម្នាក់បានយ៉ាងងាយស្រួល។
- អនុវត្តការព្យាបាលឲ្យបានច្រើនថ្ងៃ
- ពិនិត្យមើលក្បាលកូនៗរបស់លោកអ្នកជាប្រចាំ !

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមកុំភ្ញាក់ស្ទើរក្នុងការស្នើសុំយោបល់ពីគិលានុបដ្ឋាយិកាសាលា ដែលនឹងណែនាំលោកអ្នក ទៅតាមស្ថានភាពរបស់លោកអ្នក។

អ៊ីមែល ៖ service.sante@lfrd.net

ទូរស័ព្ទ ៖ 012.470.390