

I 10 punti essenziali per averla vinta!

I pidocchi non rappresentano un pericolo per la salute ma per un maggior benessere devono essere combattuti.

I **pidocchi** sono piccoli insetti fastidiosi: arrivano all'improvviso e si eliminano con fatica.

I pidocchi vivono da sempre sull'uomo, e **qualsiasi persona** può avere i pidocchi. "Sì, ma non sulla mia testa!" pensano tutti.

I pidocchi non sono segno di sporcizia o di mancanza di igiene. La trasmissione avviene principalmente per **contatto diretto** (da testa a testa). Più raramente il contagio è causato dallo scambio o dall'uso in comune di pettini, spazzole, cappelli o altri effetti personali. Ricordatevi che il pidocchio non salta e non vola.

Ecco dunque 10 punti per prevenire e combattere i pidocchi con **efficacia** e in **sicurezza**.

❶ **Controllate** i vostri figli soprattutto se si **grattano la testa** o se frequentano un **ambiente** (scuola, scuola dell'infanzia, asilo nido, associazioni sportive, amici, famiglia, ...) dove è stata segnalata la presenza di pidocchi. **Il controllo regolare è la migliore prevenzione**. Controllate i vostri figli frequentemente anche se la scuola non segnala casi di pidocchi (vostro figlio potrebbe essere il primo!).

❷ **Il trattamento deve essere fatto solo a chi ha veramente i pidocchi**. **Non effettuate trattamenti "alla cieca" con prodotti chimici** (shampoo contro i pidocchi, repellenti) **se non siete sicuri che ci siano i pidocchi**. Fatevi consigliare dal medico o dal farmacista.

❸ **Evitate i trattamenti ripetuti** (più di quanto è scritto nelle istruzioni per l'uso: di solito 2 trattamenti a 7 giorni di distanza).

❹ **Leggete con attenzione le istruzioni per l'uso contenute nell'imballaggio del prodotto contro i pidocchi**. Le donne incinte o che allattano, i bambini fino a 2 anni, le persone con malattie particolari, devono consultare il medico prima di effettuare un trattamento.

Nel **risciacquare** si dovrà chinare la testa in avanti sul lavandino o sulla vasca da bagno: si eviterà così che il prodotto entri inutilmente in contatto con altre parti del corpo. Si raccomanda di **proteggere gli occhi** con un asciugamano. Eseguite il trattamento in un **locale ben arieggiato**. È raccomandato l'uso di **guanti di gomma**.

❺ **Per un trattamento completo è importante eliminare tutte le uova** con un pettine speciale per lendini o sfilandole con le unghie. L'applicazione di un balsamo sui capelli inumiditi può facilitare il lavoro.

❻ **Lavate lenzuola, fodere, biancheria, mobili imbottiti, giochi:** lavate a 60 °C tutto ciò che è possibile. Tutto il resto può essere pulito con l'aspirapolvere oppure evitatene l'impiego per due giorni. Non fate sforzi inutili: la trasmissione per contatto diretto è la più frequente.

❼ **Pettini, spazzole e tutti gli altri accessori per capelli** devono essere immersi per 10 minuti in acqua a 60°C.

❽ **Se alla fine della cura avete dei dubbi sull'efficacia del trattamento**, parlatene con il **medico** o con il **farmacista**.

❾ **Avvisate** la scuola, la scuola dell'infanzia, l'asilo nido o l'istituto frequentato dai vostri figli e i genitori dei loro compagni di gioco senza indugio. Ricordatevi che non è vergognoso avere i pidocchi. È, invece, irresponsabile, non segnalarlo.

❿ A titolo **preventivo** mantenete legati i capelli lunghi (è inutile tagliarli). È buona regola non scambiare cappelli, berretti, sciarpe, caschi, accessori per capelli.

Il controllo della testa

Controlli della testa possono essere fatti una volta la settimana. In caso di presenza di lendini controllare il capo di tutti i famigliari.

• Eseguite il controllo in un luogo ben illuminato, meglio se vicino a una finestra o all'aperto.

• Spazzolate i capelli e sciogliete tutti i nodi. Dividete in ciocche l'intera capigliatura con l'aiuto di un pettine.

- Prestate attenzione alle **lendini**, le uova del pidocchio. Sono incollate sul capello e il loro colore varia dal bianco al marroncino. Sono grandi quanto un granello di sabbia e non sempre sono ben visibili a occhio nudo. La forfora è spesso scambiata per lendini, ma la forfora non è attaccata ai capelli e la sua forma è irregolare. Se non siete sicuri utilizzate una lente di ingrandimento. Le lendini si trovano più frequentemente sulla nuca e dietro alle orecchie.
- I pidocchi si vedono raramente. Si nascondono dalla luce. I pidocchi adulti sono grandi quanto un seme di sesamo.



• Volete fare ancora meglio?
Inumidite i capelli e applicate una generosa quantità di normale balsamo per i capelli. Pettinate con un pettine normale. Prendete un pettine per pidocchi, inseritelo alla base dei capelli con le punte che toccano il cuoio capelluto, facendo una leggera pressione su esso. Passate il pettine per tutta la lunghezza della ciocca. Pulite il pettine su un foglio di carta da cucina e controllate il balsamo per verificare la presenza di pidocchi. Controllare tutta la testa.

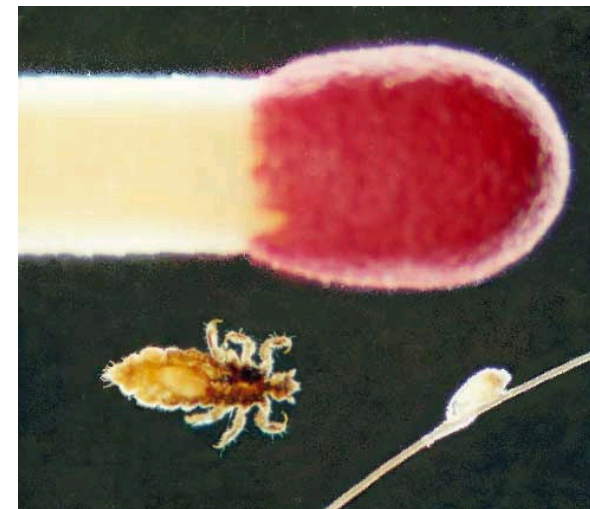
- Se trovate dei pidocchi o delle lendini a meno di mezzo centimetro dal cuoio capelluto, eseguite un trattamento completo.

È compito della famiglia controllare regolarmente la testa del proprio bambino almeno una volta la settimana e farsi carico dell'eventuale trattamento antiparassitario e della sfilatura delle lendini.

Di più su www.ti.ch/med selezionando Medicina scolastica

Si ringrazia: Kinder- und Jugendgesundheitsdienst, 4052 Basel www.gesundheitsdienste.bs.ch

Pidocchi? Subito via!



Combatterli con efficacia

Marzo 2007