

頭蝨（蝨蟲）常識

症狀：如何知道孩子是否感染頭蝨？

* 頭皮騷癢，髮際線與耳後尤其容易出現紅斑或者發炎。

* 檢查頭髮裡是否有蝨蟲爬行或蝨卵附著。**檢查蝨蟲時：**

在光線充足的地方用放大鏡檢查背部和耳朵四周。你可能發現不了蝨蟲—它們移動很快。蝨卵極為細小，呈橢圓珠狀，依附在頭皮毛囊的一側，或離頭皮約1英寸之間的地方。不透明的蝨卵很可能只是空殼。如果呈褐色或黑色，則表示仍未孵化。搖晃頭髮時能輕易掉落的薄片是死皮或頭屑。除非您的孩子已嚴重感染，否則無需治療。如果您有所疑慮—請醫師、理髮師、學校醫護人員或其他有經驗的人檢查您的孩子—參見背面的圖片。

* 如果您的孩子與感染頭蝨的朋友、家人或同學有過親密接觸，應定期檢查頭皮。頭蝨不會跳躍、飛行或游泳，離開人體頭部後最多僅能存活48小時。頭與頭的直接接觸最有可能傳染頭蝨—與頭蝨患者共用帽子或梳子也可能傳染。

治療：怎樣才能擺脫頭蝨的困擾？

* 從藥店購買專治頭蝨的洗劑或藥液，嚴格遵照產品說明，包括後續治療說明。大部分藥劑附帶篦子用以去除蝨卵。常見的牌子有RID和NIX。某些特殊髮質和難以處理的情況則需要一把相當好的篦子—參見背面說明。對於反復出現的感染應更換藥劑，不同藥劑含有不同的殺蟲劑。遵照指示用藥，請勿超量使用—這些藥品含有強力殺蟲劑。不同牌子的產品說明可能不同，請仔細閱讀。

* 如果孩子頭髮又厚又長，您可能考慮把頭髮剪短（也便於梳理）。但請不要把您的孩子剃成光頭，除非孩子是個男孩且喜歡這種髮型。

* 大部分藥品對殺滅蝨蟲有顯著效果，卻無法殺死所有蝨卵。篦髮是關鍵的步驟—每次篦髮後務必記得清洗篦子，以及用過的任何梳子和髮夾。每天都要先濕潤頭髮，再用篦子徹底篦過，直到沒有蝨卵為止。後續治療過後切記再篦過一次，檢查是否還有蝨蟲或蝨卵。

治療：如何打掃家裡衛生？

蝨蟲不會在傢俱、被褥或寵物上滋生。它們依賴人類頭皮生存，通常不會離開頭皮，除非是被清理掉或即將死去。然而，對於患者直接接觸過的物品建議進行如下處理：

* 在熱水（華氏130度）中用洗衣機洗所有可洗的衣物和被褥。乾洗不能水洗的物件。

* 可將毛絨動物玩具、床單等物件密封（2週）在塑料袋裡，或將其放置在乾衣機裡處理20分鐘。

* 將篦子和梳子在外用酒精或強力清潔劑中浸泡1小時。也可以用滾燙的水清洗，或放入水裡煮過。

* 用吸塵器清理地板和傢俱。注意，商店裡出售的室內殺蝨噴霧劑可能有毒，可能危及有過敏、哮喘病史的人、孕婦和哺乳婦女。

警告：

有哮喘、過敏病史的人或孕婦和哺乳婦女使用商店裡出售的（殺蟲劑）頭蝨配方時務必諮詢醫師。另有無毒治療方法—參見下面的網址。

預防：如何預防再次感染？

- * 採用正確的治療方法：遵照商店裡出售的頭蝨產品、醫師或藥劑師所給的藥品上面的說明進行治療。許多人感染頭蝨後驚惶失措，致使許多荒誕的說法或無效的治療方法四處傳播。不要聽從或散佈虛假信息！
- * 大部分治療方法7—10天後需要重復治療。不要忘記這個步驟，哪怕您的孩子頭髮裡看似已沒有蝨卵。
- * 告訴您的孩子不要與他人共用帽子、圍巾、篋子和梳子。
- * **坦誠相見！**將實情告知與孩子親密接觸的所有人—這樣做能幫助孩子的朋友，也極可能使您的孩子免受再次感染。頭蝨是常見的問題，與乾淨與否沒有關係。任何人都可能感染頭蝨—成年人也不例外。
- * **立即通知孩子的老師**—以便對整個班級進行檢查。
- * **通知您的孩子所參加的任何課後課程或課外活動的工作人員**—孩子相互之間親密接觸的任何地方蝨蟲都可能傳染。

注意：紐約市有「無寄生蟲卵」（no-nit）的規定。只有在所有蝨蟲或蝨卵已被清除，您的孩子方可返回學校。確認感染蝨蟲的孩子將立即送回治療，並且在重返課堂之前必須先帶到學校醫護室或管理處接受檢查。

瞭解頭蝨的生命週期



蟲卵（蝨卵）：母蝨產下的蝨卵帶有一層特殊的膠狀物質，附著在髮根附近的髮莖上。蟲卵將在大約7—10天後孵化。

蝨蛹：孵化後的蝨卵稱之為蝨蛹，肉眼幾乎看不見。蝨蛹無法繁衍，因為它們還未成熟。蝨蛹在大約12天後變為成蟲。



成蟲：成熟的蝨蟲每天可以產下4—10個蝨卵—由此開始另一代蝨蟲。成蟲期可持續大約28天。

更多資訊請進入：

- ✓ www.headlice.org – 「國家蝨蟲協會」（National Pediculosis Association）– 提供「LiceMeister」牌篋子的相關資訊
- ✓ www.headlice.com – 頭蝨相關網站搜索引擎
- ✓ www.licesquad.com – 加拿大蝨蟲治療公司，出售優質篋子，並提供相關建議
- ✓ <http://lancaster.unl.edu/pest/lice/headlice018.shtml> – 詳細介紹無毒蝨蟲清除方法
- ✓ www.robicomb.com – 無毒蝨蟲清除產品— 新型電子頭蝨檢測／清除篋子