

# Ce qu'il faut savoir au sujet des poux de tête



## PRÉVENTION DES MALADIES TRANSMISSIBLES

### Qu'est-ce qu'un pou de tête?

Les poux sont de petits insectes qui vivent sur la tête des gens. Même si on peut les trouver partout sur la tête, on les voit le plus souvent sur le cuir chevelu, sur la nuque et derrière les oreilles. Lorsque les poux mordent le cuir chevelu, cela entraîne des démangeaisons, et parfois des rougeurs.

Choses importantes à se rappeler au sujet des poux de tête :

- ils ne sont pas porteurs de maladies et n'en causent pas;
- ils peuvent facilement être éliminés;
- plus on en sait à leur sujet, plus il est facile de prévenir une infestation.

### À quoi les poux de tête et leurs œufs ressemblent-ils?

Les poux de tête sont très petits (environ de la taille d'une graine de sésame) et peuvent être de longueurs variés. Ils se déplacent rapidement; ils sont par conséquent difficiles à voir. Il est plus facile de chercher leurs œufs (appelés lentes) que les insectes eux-mêmes.

Les lentes vivantes peuvent être de couleur grisâtre, crème ou beige. Les poux de tête pondent leurs lentes sur les cheveux très près du cuir chevelu. On les trouve partout sur la tête, le plus souvent derrière les oreilles et sur la nuque. Chaque lente est fixée au cheveu au moyen d'une « colle dure » et à l'épreuve de l'eau. On ne peut donc pas s'en débarrasser avec de l'eau ou en brossant les cheveux comme dans le cas des pellicules.



### Comment peut-on savoir qu'une personne a des poux de tête?

- Elle se gratte fréquemment la tête.
- On trouve des lentes fixées aux cheveux près du cuir chevelu.
- On remarque de petits insectes sur la tête de la personne.

### Quel est le traitement indiqué pour se débarrasser des poux de tête?

- Vérifiez les cheveux de tous les membres de la famille.
- Traitez tous les membres infectés de la famille en même temps.

Les enfants peuvent retourner à l'école dès que le premier traitement a été administré, et après que le plus de lentes possible ont été enlevées.

- **Utilisez deux traitements, à sept jours d'écart.** Il existe plusieurs shampoings ou après-shampoings médicamenteux en vente libre qui vous débarrasseront des poux de tête et des lentes dont R&C, Nix, SH-206 et Lindane. (**Note :** Le deuxième traitement de SH-206 doit être appliqué 48 heures après le premier.) Avant d'appliquer le shampoing contre les poux, faites des raies dans les cheveux et versez un jet de shampoing le long de chaque raie. Suivez soigneusement les directives de l'emballage, en utilisant une grande quantité de produit afin que les poux et les lentes soient complètement éliminés.
- Répétez l'application avec un produit différent si le premier traitement n'a pas réussi.

### Marche à suivre pour le traitement

- Utilisez le shampoing ou l'après-shampoing selon les directives de l'emballage.
- Appliquez sur les cheveux mouillés ou les cheveux secs, en suivant les directives du produit acheté.
- Faites bien pénétrer dans les cheveux et massez selon les directives de l'emballage (habituellement de 4 à 10 minutes).
- Rincez soigneusement avec de l'eau pour bien enlever tout le shampoing ou l'après-shampoing et pour détacher les lentes.

## Comment se débarrasse-t-on des lentes?

- Arrachez les lentes une à une en les attrapant avec les doigts et en les faisant glisser le long des cheveux.
- Mettez-les dans un sac et jetez le tout.

OU

- Peignez les cheveux avec un peigne fin (pour les lentes), une petite section à la fois.
- Placez le peigne aussi près que possible du cuir chevelu et peignez jusqu'au bout des cheveux. Enlevez régulièrement les lentes du peigne au moyen de papiers-mouchoirs et placez le tout dans un sac de papier ou de plastique. Scellez le sac et jetez-le.
- Lorsque les cheveux sont secs, inspectez la tête en entier pour voir s'il reste des lentes et enlevez-les. Répétez le processus pendant une ou deux semaines.

Les produits contre les poux de tête contiennent de l'insecticide, ce qui peut être dangereux s'ils ne sont pas utilisés correctement. Par conséquent :

- Évitez de mettre du shampoing ou de l'après-shampoing dans les yeux ou dans la bouche parce que cela pourrait causer une irritation.
- Ces produits doivent être appliqués sur les cheveux et le cuir chevelu uniquement. Pour éviter que le shampoing ou l'après-shampoing ne vienne en contact avec d'autres parties du corps, il ne faut pas l'appliquer ou le rincer dans la douche ou dans le bain.
- Ces produits ne doivent pas être appliqués sur la tête d'une personne qui vient de prendre un bain chaud ou une douche chaude.
- La personne qui applique le shampoing ou l'après-shampoing devrait éviter tout contact non nécessaire avec ces produits parce qu'ils peuvent être absorbés par la peau. Les femmes enceintes ou qui allaitent devraient éviter tout contact avec le produit en portant des gants de caoutchouc pendant l'application.
- Assurez-vous que toutes les personnes qui ont pu être en contact avec votre enfant ont été averties afin que les autres cas puissent être découverts et traités. Cela peut vouloir dire : appeler le directeur ou la directrice de l'école, les entraîneurs ou le personnel de la garderie et les parents des compagnons de jeu de votre enfant ou de ses coéquipiers.

## Dois-je nettoyer autre chose?

Rien n'indique qu'il est nécessaire de nettoyer la maison au complet pour se débarrasser des poux de tête. Les poux de tête et leurs lentes ne survivent pas bien loin du cuir chevelu parce qu'ils se nourrissent sur les humains et ne peuvent survivre qu'à certaines températures et à certains degrés d'humidité. Les œufs ne peuvent éclore sur la tête. Les poux quittent rarement le cuir chevelu, il est donc peu probable qu'ils puissent être transmis par contact normal avec les meubles ou les tapis.

Les articles les plus susceptibles de servir à la transmission de poux sont ceux qui viennent en contact avec la tête et la nuque comme les chapeaux, les casques, les cols de fourrures, les écharpes, les brosses, les peignes et les articles pour cheveux. Lorsque cela est possible, ces articles devraient être lavés à l'eau chaude et séchés dans la sècheuse. Les peignes et les brosses devraient être mis à tremper dans de l'eau chaude et savonneuse pendant 15 minutes. D'autres articles peuvent être scellés dans un sac de plastique pendant 10 jours ou placés au congélateur pendant 24 heures.

## Qui peut attraper des poux de tête?

N'importe qui peut attraper des poux de tête. Même si les parents sont parfois embarrassés de découvrir que leurs enfants ont des poux de tête, il s'agit d'un problème très commun dans notre société. Il surgit le plus fréquemment dans les endroits où les gens travaillent ou jouent ensemble pendant de longues périodes, comme en classe ou à la garderie.

## Comment attrape-t-on des poux de tête?

Contrairement à la croyance populaire, une mauvaise hygiène ne cause pas l'apparition de poux. Les poux de tête ne peuvent pas sauter ou voler; ils sont généralement transmis par contact de la tête ou des cheveux avec une personne qui a des poux de tête. Ils peuvent par contre être transmis par le partage d'articles personnels qui ont été en contact avec la tête comme les chapeaux, les casques, les écharpes, les brosses, les peignes, les barrettes et les rubans pour cheveux. Ils ne peuvent être transmis par les animaux sauvages ou familiers.

## Comment peut-on prévenir la propagation des poux de tête?

C'est la collaboration entre les parents, les enseignants et le personnel de la santé publique qui peut le mieux prévenir la propagation des poux de tête. Une fois que les parents savent comment reconnaître les poux de tête, la meilleure mesure préventive est une inspection régulière du cuir chevelu de leurs enfants. Apprenez à vos enfants comment les poux de tête sont transmis et comment les éviter.

*Si vous avez d'autres questions, désirez de plus amples renseignements ou avez de la difficulté à vous débarrasser des poux de tête, veuillez communiquer avec votre médecin ou votre bureau local de la santé publique (dans les répertoires municipal et provincial des pages grises, à la fin de l'annuaire téléphonique).*

