



Rijksinstituut voor Volksgezondheid  
en Milieu  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport



# Luis in je haar? *Kammen maar!*

## Informatie over hoofdluis

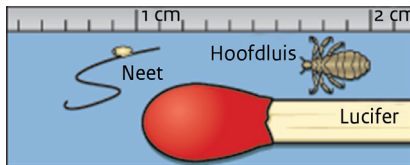
Hoofdluis verspreidt zich gemakkelijk op basisscholen en middelbare scholen. Controleer daarom vaak en grijp meteen in als u hoofdluis ontdekt. Kammen met een fijntandige kam, zoals een luizenkam, is de beste aanpak.

## Wie krijgt hoofdluis?

Hoofdluis heeft niets te maken met wel of niet schoon zijn. Het kan iedereen overkomen. Hoofdluizen lopen via het haar over van hoofd naar hoofd. Hoofdluizen zoeken graag een warm plekje op; bijvoorbeeld in het haar achter de oren, in de nek of onder een pony. Kinderen krijgen gemakkelijk hoofdluis, omdat tijdens het spelen de hoofden elkaar soms raken. Hoofdluizen verspreiden zich ook makkelijk bij pubers. Dat kan bijvoorbeeld gebeuren bij het knuffelen, samen selfies maken of bij elkaar op de mobiel kijken.



*Tijdens het spelen raken de hoofden elkaar en kan hoofdluis zich verspreiden.*



*Hoofdluizen zijn slechts enkele millimeters groot. Neten lijken op huidschilfers (roos).*

## Hoe herkent u hoofdluis?

Hoofdluis veroorzaakt meestal jeuk, maar niet altijd. Het is aan te raden uw kind regelmatig op hoofdluis te controleren. Als u het haar met een fijntandige kam doorkamt boven een vel wit papier, kunt u zien of er luizen uit het haar vallen. Hoofdluizen zijn grijsblauw of, nadat ze bloed opgezogen hebben, roodbruin. De bestjes zijn zo groot als een sesamzaadje. Hun eitjes (neten) zijn witte, grijze of zwarte stipjes die op roos lijken. Roos zit echter los en neten kleven juist aan het haar vast.

## Behandeling

Als u hoofdluis ontdekt, is het belangrijk om meteen te beginnen met een grondige aanpak. Als er nog luizen of nog niet uitgekomen neten op het hoofd zitten, blijft hoofdluis besmettelijk. De behandeling bestaat uit bestrijden én herbesmetting voorkomen.

## Aanpak

Kammen met een fijntandige kam zoals een luizenkam is de beste aanpak. Kam twee weken lang dagelijks het haar. Doe dit op de volgende manier.

- Maak het haar door en door nat. Verdeel crèmespoeling door het haar. Spoel dit nog niet uit.
- Bescherm de ogen met een washandje. Kam met een gewone kam eventuele klitten weg.
- Pak dan een fijntandige kam en kam al het hoofdhaar, pluk voor pluk,

vanaf de haarwortel. Begin bij het ene oor en pak na elke kambeweging een pluk in de richting van het andere oor. Neten die aan het haar vastplakken kunt u eventueel losweken door het haar te deppen met azijn.

- Veeg de kam regelmatig af aan een witte papieren servet of zakdoek.
- Spoel de cremespoeling uit.
- Reinig na het gebruik de kam met water en zeep en verwijder de luizen en neten.

## Antihooftluismiddelen

Combineer het kammen eventueel met een antihooftluismiddel.

Kam twee weken dagelijks het haar, waarbij u op eerste en op de achtste dag ook het antihooftluismiddel gebruikt (of volg de bijsluiter).

Gebruik bij voorkeur een antihooftluismiddel met de werkzame stof dimeticon. Hoofdluis kan namelijk ongevoelig worden voor de werkzame stoffen malathion en permetrine. Ook wanneer u een antihooftluismiddel gebruikt, moet u het haar twee weken lang elke dag uitkammen met een fijntandige kam.

## Extra maatregelen? Nee!

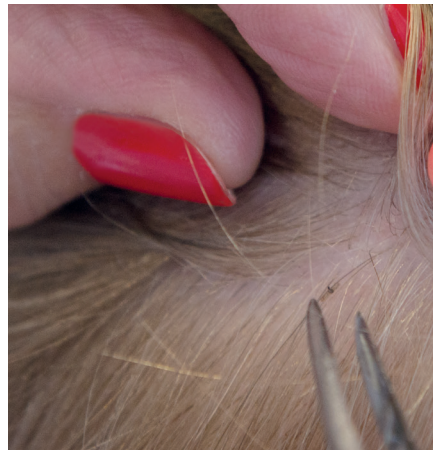
Luizen verspreiden zich via haar-haarcontact. Extra maatregelen zoals het wassen van kleding, knuffels of beddengoed, stofzuigen of het gebruik van luizencapes of luizenzakken zijn niet nodig.

## Hoofdluis heb je niet alleen

Hoofdluis is erg besmettelijk.

Als uw kind hoofdluis heeft, meld dat dan op school, bij de kinderopvang, op (sport)clubs, bij vrienden, de oppas en familieleden. Zij kunnen dan ook controleren. Bovendien moet u alle gezinsleden controleren. Vindt u bij hen geen luizen, herhaal de controle dan eens per week. Vergeet ook uzelf niet te laten controleren.

Een andere manier van behandelen is een AirAllé. Dit apparaat doodt luizen en eitjes door ze uit te drogen. Alleen professionals gebruiken de AirAllé.



*Luis in haar bij vingers en pincet.*

## Meer informatie

Neem voor meer informatie contact op met de GGD in uw regio. Het adres kunt u vinden via [www.ggd.nl](http://www.ggd.nl)

Kijk ook eens op  
[www.rivm.nl/hoofdluis](http://www.rivm.nl/hoofdluis)

Dit is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor  
Volksgezondheid  
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven  
[www.rivm.nl](http://www.rivm.nl)

augustus 2016

*Het RIVM coördineert in opdracht van het ministerie van VWS de infectieziektebestrijding in Nederland. Het RIVM besteedt uiterste zorg aan actuele en correcte publieksinformatie. Deze informatie is tot stand gekomen in nauwe samenwerking deskundigen van diverse, diverse organisaties en beroepsgroepen. Aan deze informatie kunnen geen rechten worden ontleend.*

*De informatie in deze folder is gebaseerd op de richtlijn Hoofdluis van het RIVM. Met vragen over het bestrijden van hoofdluis kunt u terecht bij uw regionale GGD, de apotheek of drogist.*