

UŠI - POJASNILA IN PRIPOROČILA

Naglavne uši predstavljajo velik zalogaj tako za otroka kot tudi za starše. Uši so eden od najpogostejših težav pri otrocih, ki obiskujejo vrtec. Uši in gnide na glavi so trdovratne in se zelo učinkovito prenašajo. Uši se prenašajo neposredno s stikom preko oblačil, ki so na glavi, igrač, glavnikov oz. z neposrednimi stiki lasišč, obleke, posteljnine, brisače, plišaste igrače. Uš dobro plava, zato je možna okužba tudi prek vode v bazenih.

Včasih je veljalo, da prenašajo uši tisti otroci, ki imajo slabo higieno. Temu ni tako. Tudi živali ne igrajo nobene vloge pri prenosih.

KAJ SO PRAVZAPRAV NAGLAVNE UŠI?

Uši so majhne žuželke brez kril. Uš ima prosojno telo, zato jo na lasišču težko opazimo. Prisotnost gnid na lasišču je vedno pokazatelj, da so še vedno prisotne uši. Okužbo las in lasišča povzročijo uši – srbenje povzročijo ugrizi. Na začetku do srbečice ne pride takoj – včasih šele po šestih tednih – zato je še kako pomembno pregledovanje lasišča in razčesavanje. Naglavne uši se hranijo samo s človeško krvjo. Uš izleže do osem gnid na noč in jih prilepi na začetek lasu. Po 9 dneh se izležejo nove uši. Po 8-13 dneh pa spet te mlade uši že ležejo nove gnide. Naravni ciklus razvoja naglavne uši traja 18 dni in življenjska doba uši je 1 mesec. Uši ne letajo in ne skačejo. Se plazijo.



PREVENTIVA IN UŠI - Preventiva proti ušem je vedno dobrodošla tudi takrat, ko uspešno odstranite vse gnide in uši. V kolikor so uši prisotne v šoli in vrtcu bolj pogosto, se lahko zgodi, da se bodo vračale na lasišče otroka in tako boste v začaranem krogu. Zato je pametno preventivo aplicirati pred in po ponovitvah uši.

- Skrbite za osebno higieno in nego las – lasišče redno razčesujte z gostim glavnikom in opazujte eventualno prisotnost uši in gnid. Bodite pa pozorni, da ne pretiravate z higieno las – kajti uši imajo rade čista lasišča.
- Trakov, kap in ostalih pripomočkov, ki so na glavi ne posojajte ostalim in jih ne delite z ostalimi otroci.
- V kolikor se pogosto kopate v bazenih, toplicah naj tam otrok uporablja kopalno kapo.
- Obstajajo tudi različni preventivni repelenti proti ušem.
- Otroka učite naj ne tišči glav skupaj z ostalimi otroci (priporočljivo tudi zaradi prenosa kapljičnih kužb).
- Hitro obveščanje, odzivnost in preventivni ukrepi bodo pripomogli k zmanjšanju prenosov in prisotnost uši ter gnid.

ODKRIVANJE IN PREPREČEVANJE UŠI –Kako bomo odkrili naglavne uši? Z rednim pregledovanjem lasišča lahko hitro zaznamo problem in s tem tudi hitro ukrepamo.

Lasišče zato preglejmo vsaj enkrat tedensko, posebno pri otrocih, ki obiskujejo vrtec ali šolo. Ušivost se navadno pojavlja predvsem v času po počitnicah, po vrnitvi iz šole v naravi, ko se otroci začno ponovno množično zbirati.

Postopek pregledovanja:

- Ramena ogrnemo z belo brisačo ali papirjem.
- Natančno pregledamo celotno lasišče, posebno v zatilju in za ušesi.
- Pregledujemo od narastišča las proti konicam, po pramenih.

NASVET: Najbolje vidimo uši in gnide pri dnevni svetlobi, pomagamo si lahko tudi z dobro lučjo in s povečevalno lečo. Po končanem postopku si z milom umijemo roke. Boljša in hitrejša metoda kot redno pregledovanje lasišča pa je prečesavanje z gostim glavnikom. Postopek pregledovanja poteka po spodnjih navodilih:

- Lase operemo s šamponom, ki ne obarva las.
- Ramena ogrnemo z belo brisačo ali s papirjem, na katerem bodo uši ali gnide bolje vidne.
- Prečesavati začnemo za ušesi, po posameznih pramenih las, od narastišča proti konicam las.
- Zobje glavnika naj se čim dlje dotikajo lasišča.
- Za vsakim potegom skrbno pregledamo glavnik, ki ga obrišemo s papirnatim robčkom in odvržemo v pripravljeno vrečko za odpadke.
- Na vsakem posameznem pramenu las postopek ponovimo od 3- do 5-krat.
- Po končanem prečesavanju odvržemo vrečko med običajne odpadke, glavnik pa speremo. Nato za nekaj minut namočimo v vročo vodo (okoli 60°C).
- Celoten postopek traja od 10 do 15 minut.

ZDRAVLJENJE - Za zdravljenje naglavnih uši obstajajo različni preparati, pripomočki, šamponi, geli, losjoni in pripravki ter specializirani glavniki. Po zdravljenju je potrebno natančno poskrbeti za vse stvari, ki so bile v stiku z lasiščem oz. ušmi in gnidami. Razkuževanje, namakanje v vreli vodi, pranje na najvišji možni temperaturi izdelkov in oblačil. Tiste stvari, ki jih ne morete oprati in očistiti je mogoče tudi zamrzniti za 24 ur – v tem času bodo uši poginile.

ODPRAVLJANJE UŠI - Razuševanje je najučinkovitejši postopek za odpravo uši.

Postopek :

- Natančno upoštevamo navodilo za uporabo sredstva proti naglavnim ušem (preparata za razuševanje).
- Nanesemo ga na suho lasišče.
- Skrbno ga razporedimo po vsem lasišču, pustimo delovati in nato izperemo z vodo.
- Razuševanje čez 7-10 dni na enak način ponovimo.
- Med enim in drugim postopkom razuševanja vsak dan prečesavamo lasišče z gostim glavnikom.
- Las ne umijemo vsaj še dan do dva po tem, ko smo sprali preparat za razuševanje.
- Razuševanja ne izvajamo preventivno, torej ne, če uši ali živih gnid ni.

Po končanem postopku razuševanja:

- Operimo v vroči vodi (okoli 60°C) glavnike, krtače, perilo, oblačila, brisače, posteljnino, ki so bili v stiku z lasmi.
- Predmete, ki se jih ne more oprati, nepropustno zapremo v plastično vrečko in pustimo 10 do 14 dni na sobni temperaturi ali 24 ur zamrzovalniku.
- Posesamo oblazinjeno pohištvo in preproge ter sedeže v avtu.

UŠI V VRTCU IN ŠOLI

Ko odkrijemo uši je pomembno, da o tem obvestilo vrtec oz. šolo. Predvsem pa je zaželeno, da čimprej pričnemo z odstranjevanjem in preventivo. Preparati za razuševanje so na voljo v lekarnah in specializiranih prodajalnah. Skrb posvetimo tudi razuševanju predmetov, oblačil, pripomočkov. Najvišja pojavnost uši je spomladi in jeseni. Naglavne uši se pogosteje pojavljajo pri deklicah.

Naglavne uši na srečo ne prenašajo bolezni – povzročajo pa neprijetno kontinuirano srbenje lasišča – posledično se otrok nenehno praska po glavi in lahko se lasišče vname. Zaradi težav otroci tudi slabo ponoči spijo.