

Hodelus

1. Hensikt

Korrekt håndtering og hindre spredning av hodelus.

2. Ansvar

Alle ansatte.

3. Generelt

Hodelus (*Pediculus capitis*) lever kun i håret på hodet hos mennesker. Lusesmitte skjer ved at lus, som oftest voksne individer, kryper fra en person til en annen når hodene legges inntil hverandre. Lus kan ikke hoppe, men kryper fra hårstrå til hårstrå. Hvis lusa kommer bort fra håret, er det svært liten sjanse for at den vil kunne etablere seg på et nytt hode. Den vil fort bli svak og overlever maksimalt 1-2 døgn borte fra et hode.

Både voksne og barn kan få hodelus. Man kan få lus uansett hårtype og personlig hygiene. Hodelus overlever både i hår som vaskes ofte og hår som vaskes sjeldent.

Symptomer på lusesmitte:

Kløe i hodebunnen er et vanlig tegn på hodelus. Lusas spytt inneholder stoffer som, når de kommer inn i huden, utløser kløe. Det er imidlertid mange personer med lus som ikke opplever kløe, eller at det tar tid før kløen oppstår. Et annet symptom på lusesmitte er sår og infeksjoner i hodebunnen som følge av opprevne lusebitt

4. Fremgangsmåte

4.1 Hvordan utføre lusesjekk

- Greing med en fintannet lusekam er den mest effektive måten for å finne hodelus.
- Lusegreing utføres systematisk ved at man grer nøye gjennom alt hår fra hodebunn til hårpiss. På denne måten kan man finne og fjerne lus som ofte ikke vil oppdages dersom man kun bruker vanlig kam, øyne og fingre.
- Før andre bruker lusekammen vaskes den godt ved 60 °C eller fryses ned i minst fire timer for å hindre smitte.

Lusesjekk kan utføres i vått eller tørt hår:

Lusesjekk kan utføres både i fuktig og tørt hår, men trolig er det best å fukte håret og gjerne tilsette hårbalsam ved greing. Da klarer ikke lusene å bevege seg like godt som før, samtidig som at de lettere fester seg til lusekammen.

- Lusesjekk i vått hår:

Man legger et hvitt håndkle over skuldrene når det kjemmes, og sjekker både håndkleet og lusekammen for lus. Lusene er små, og et forstørrelsesglass kan være nyttig å bruke. Kammen tørkes regelmessig av på et håndklepapir for å se etter lus mens man kjemmer. Eventuelle lus vil tørke på papiret i løpet av et par minutter, og man kan da se at de beveger seg.

- Lusesjekk i tørt hår:

Noen foretrekker å utføre lusesjekken i tørt hår. I tørt hår beveger lusene seg, og de kan derfor være lettere å få øye på (i hvert fall hvis det er mange av dem). Samtidig bør man

være obs på at håret og kammen kan bli statisk elektriske når man grer i tørt hår, og små lus kan flykte fra kammen og tilbake i håret.

Den som blir gredd, kan stå bøyd over et stort hvitt ark, og man grer fra hodebunnen og ned mot arket.

4.2 Funn av luseegg

Når man grer, kan man finne luseegg. Disse sitter så godt fast i håret at hårstrået gjerne ryker ved kjemmingen, og egget følger med. Funn av luseegg alene er ikke noe sikkert tegn på pågående lusesmitte siden de kan være klekete eller døde. Levende lus er derimot en sikker diagnose.

Eggenes plassering på hårstrået kan si noe om tidspunktet for smitte. Eggene legges nær hodebunnen, og siden håret vokser ca. en centimeter i måneden vil egg nærmere hodebunnen være lagt mer nylig enn de lenger ut.

Utseende til hodelus og egg:

Hodelus kan være lyse, brune eller svarte. De er noe gjennomsiktige og kan ha et rødskjær om de nylig har sugd blod. Voksne lus er 2-3 mm lange. Nymfene (ungene) ligner voksne lus, men de er mindre og har lysere farge. De minste nymfene er 1 mm lange.



Foto: [FHI](#)

Eggene er 0,3 x 0,8 mm, og de er godt festet til hårstråene. De er gulhvite og gjennomsiktige når de har innhold, og blir papiraktig hvite etter at de har klekket. Egget har et lokk som faller av ved klekking.

Tomme eggeskall kjennes på at de mangler lokk og er renere hvite. Egg som er drept med lusemidler beholder lokket og får med tiden en brunlig farge når innholdet tørker inn. Man kan se eggene med det blotte øyet, men for å se detaljer er lupe nødvendig. Både døde og tomme egg kan sitte fast på hårstrå i lang tid etter at lusene er fjernet fra hodet. Det er ikke nødvendig å fjerne disse eggene.



Egg med embryo (t.v) og egg som har klekket (t.h). Foto: [FHI](#)

4.3 Behandling av hodelus

Hodelus kan behandles ved hjelp av lusemiddel, kjemming med lusekam eller barbering.

Det er viktig at alle som har hodelus raskest mulig behandles med en av disse metodene for å redusere smitterisiko. Hvis andre i familien eller omgangskretsen har lus, er det nødvendig at disse behandles mest mulig samtidig for å hindre videre smitte og gjensmitte.

For å se om man er kvitt hodelusene bør håret undersøkes med lusekam ukentlig i tre uker etter siste behandling.

Lusemiddel:

Rundt 90 prosent av de som får hodelus, bruker lusemidler til behandling. Det er bare den som har lus som behandles med slike midler, og det er viktig å følge pakningsvedlegget nøye for at behandlingen skal være effektiv.

Lusemidler er mindre effektive mot luseegg, og det er derfor behov for å gjenta behandlingen etter 8-10 dager, avhengig av hvilket lusemiddel man bruker. I dette tidsrommet vil overlevende egg ha klekket, men de nye lusene har ennå ikke rukket å bli kjønnsmodne og har dermed ikke lagt nye egg.

Kjemming:

Lusekam kan brukes til å bekjempe lus. Kun et fåtall velger denne behandlingsmetoden, trolig fordi den er noe arbeidskrevende. Kjemming som behandling utføres systematisk og grundig i fuktig hår, hver dag eller annenhver dag i 12-14 dager. Håret kontrolleres også ukentlig i tre uker etter siste behandlingsdag.

4.4 Behandling av gjenstander

Det er en viss mulighet for at lus kan spres med kammer og børster. Vask eller frysing av disse vil drepe eventuelle hodelus. Kammer og børster bør fryses ved -20 °C i minst 4 timer eller vaskes ved 60 °C.

Spredning med andre gjenstander er lite sannsynlig, og det er ikke nødvendig med rengjøring av klær, møbler og huset selv om noen i husstanden har hodelus. Etter en lusebekjempelse kan eventuelt sengetøy vaskes for å fjerne døde lus og avføring fra lusene.

5. Referanser

- [Folkehelseinstituttet, Skadedyrhåndboka: Hodelus \(2024\)](#)