

راه های پیشگیری :

- ۱- آموزش جامعه در باره شستشوی لباس ها و ملحفه ها در آب جوش به مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه و یا استفاده از ماشین لباسشویی و خشک کن و اتو کردن درزهای لباس
- ۲- آموزش رعایت بهداشت فردی (به خصوص استحمام مرتب)
- ۳- شانه کردن روزانه موی سر، ترجیحا با شانه دندان ریز و تمیز کردن همه روزه برس و شانه
- ۴- شستشوی منظم لباس ها، روسری، کلاه و...
- ۵- عدم استفاده از وسایل شخصی یکدیگر: شانه، برس، کلاه، شال گردن و...



راه های مبارزه:

- ۱- درمان مناسب و همزمان فرد و سایر افراد خانواده
- ۲- اتو کردن لباسها (بخصوص درزهای لباس)
- ۳- جوشاندن ۱۰ تا ۲۰ دقیقه ای تمام وسایل شخصی فرد آلوده (حوله، ملحفه، لباس های زیر و رو و...)
- در آب جوش
- ۴- شستشوی منظم و یا پودر پاشی وسایل خواب و سایر وسایل غیر قابل شستشو که شستن آنها دشوار است.
- ۵- درمان با داروهای در دسترس ضد شپش از جمله شامپو و لوسیون گامابزن و شامپو و لوسیون پرمترین، طبق دستور پزشک

نحوه مصرف شامپو پرمترین:

- ۱- شستشوی موها با یک شامپوی غیر دارویی
- ۲- آبکشی و خشک کردن موها
- ۳- آغشته کردن تمام مو و پوست سر با مقدار کافی از شامپو پرمترین (نصف شامپو)
- ۴- باقی ماندن ۱۰ دقیقه در همان حالت
- ۵- شانه کردن موها با شانه دندان ریز
- ۶- شستشو و آبکشی کامل موها و پوست سر

لازم به ذکر است مجدداً ۷ روز دیگر کلیه مراحل فوق تکرار شود.



بهتر است موها کوتاه باشد تا شستشو و درمان ساده تر باشد. تراشیدن موی سر در پسر ها از اقدامات خوب برای دفع شپش است.

شپش

گروه هدف : اولیاء دانش آموز



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
معاونت بهداشتی
واحد سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس

راه های انتقال :

- ۱- تماس مستقیم افراد سالم با افراد آلوده
 - ۲- تماس غیرمستقیم، مانند استفاده از وسایل شخصی آلوده (لباس ها، پتو، ملحفه، شانه، برس، حوله، کلاه، روسری و...)
- همچنین از طریق قرار دادن اشیاء آلوده به رشک و شپش بر روی هم از طریق صندلی سالن اجتماعات، کلاس ها، کمد لباس در حمام ها و استخر های عمومی



علائم و نشانه های آلودگی :

- خارش شدید در بدن و سر به دلیل تزریق ماده بزاقی شپش به پوست فرد آلوده
- بزرگ و حساس شدن غدد لنفاوی پشت گوش و پشت سر و گردن
- عفونت ثانویه مانند زرد زخم در اثر خاراندن شدید پوست که ضایعات پوستی به صورت بثورات ریز و قرمز رنگ می باشند.
- افسردگی، پریشانی و بی خوابی
- خستگی عمومی



چرخه زندگی شپش :

طول عمر این مزاحم های کوچک کمتر از ۳۰ روز است. اما هر شپش ماده بین ۵۰ تا ۱۵۰ عدد تخم به جا می گذارد که هر کدام از این تخم ها در یک کپسول بسیار چسبناک قرار گرفته اند. این کپسول از فاصله تقریباً ۵ میلیمتری ریشه مو به مو می چسبد و به راحتی جدا نمی شود.

شپش سر حشره ای بدون بال است که در سر انسان زندگی کرده و از آن تغذیه می کند. اندازه آن حدود یک تا دو میلی متر است. به هبارتی دیگر ریز، اما



قابل مشاهده است. این حشره دارای شش پا است و طوری طراحی شده اند که قادر به چنگ زدن به مو باشد و لسی توانایی پریدن ندارد. شکستن هر پا (با شانه زدن) باعث مرگ شپش خواهد شد.

شپش ماده بالغ طی عمر حدوداً یک ماهه خود، روزانه ۴ تا ۶ تخم می گذارد. این تخم ها به مو در نزدیکی پوست سر که دما و رطوبت مناسب را داراست می چسبند و پس از ۷ روز شپش ها از تخم، سر بیرون می آورند و طی ۳ بار پوسته ریزی به شپش بالغ تبدیل می شوند.

شپش چیست؟

شپش حشره ای کوچک بدون بال و خونخوار است. از آنجا که این حشره سطح خارجی پوست و مو را آلوده می کند انگل خارجی محسوب شده و می تواند تن، سر و هانه (شرمگاه) را آلوده کند.



شپش به سه نوع تقسیم می شود:
۱- شپش سر: (در لا به لای موهای سر زندگی می کند و پوست سر به ویژه پشت سر و پشت گوش) را مورد گزش قرار می دهد.



۲- شپش بدن انسان که در مسیر درزهای داخلی و چین های لباس فرد آلوده زندگی می کند.



۳- شپش هانه انسان یا شپشک: به پوست و موی هانه یا شرمگاه انسان اختصاص دارد، اما ممکن است در نواحی دیگر بدن نیز مشاهده شود.



به طور کلی وجود شپش سر، بدن، یا هانه را آلودگی به شپش یا پدیکلوزیس گویند. تخم شپش که بطور کلی رشک نامیده می شود، بیضی شکل، سفید رنگ و به اندازه ته سنجاق است و به مو و درز لباس فرد آلوده می چسبد.