

NAGLAVNE ALI BELE UŠI

Včasih je bila ušivost spremljevalka revščine in slabih higienskih navad, danes pa se pojavlja brez pravila in ne izbira, tudi v državah z najvišjim standardom.

Kaj so naglavne uši in gnide?

- Naglavne ali bele uši (*Pediculus humanus capitis*) so majhne žuželke brez kril.
- **Odrasla uš** je dolga kot sezamovo seme. Ima prosojno telo, zato jo na laseh težko opazimo. Po hranjenju s krvjo se obarva rjavo rdeče. Vse življenje preživi na glavi človeka, kjer se zadržuje na lasišču.
- **Gnide so jajčeca**, ki jih odlagajo odrasle uši. Jajčece je ovalne oblike s topim koncem, veliko kakšen milimeter. Najdemo jih predvsem za ušesi, na zatilnem in čelnem delu lasišča. Običajno uši posamezno jajčece (gnido) pritrdijo na eno dlako.
- **Žive gnide so svetleče, rjave barve**. Če jih stisnemo z nohtoma, počijo.
- **Mrtve gnide pa so motne bele barve**. Ko jih stisnemo, ne počijo. Prisotnost živih gnid na lasišču je vedno pokazatelj, da je na glavi vsaj ena odrasla živa naglavna uš.

Kako dobimo uši?

Naglavne uši so plazeče žuželke, ki ne poskakujejo, ne skačejo, ne letajo.

Običajno se prenesejo z **neposrednim dotikom glave z glavo**, na kateri so uši, redkeje pa z glavniki, s pokrivali ali posteljnino.

Kdo je za uši najbolj dovzeten?

- Za ušivost smo dovzetni vsi, ne glede na starost, spol, raso in socialno-ekonomskih status, pogosteje pa se ušivost pojavlja pri šolarjih, predvsem zaradi tesnejših medsebojnih stikov, ki ušem omogočajo prehajanje z glave na glavo.
- Tesni življenjski bivalni pogoji imajo pomembno vlogo pri širjenju ušivosti, čeprav ušivost ni pokazatelj pomanjkanja higiene.

KAKO ODKRIJEMO UŠI?

Uši odkrijemo *z rednim in sistematičnim pregledovanjem lasišča.*

V primeru, da so se v vaši skupini pojavile uši VAS prosimo,
da pregled lasišča pri otroku *opravite vsak dan!*

POSTOPEK PREGLEDOVANJA LASIŠČA :

1. Najbolj učinkovit in hiter način pregledovanja lasišča je **prečesavanje** z gostim glavnikom.
2. Izberemo prostor z dobro osvetljenostjo, lahko si pomagamo tudi z povečevalno lupo.
3. Lase operemo s šamponom, ki ne obarva las.
4. Otroku ramena ogrnemo z belo brisačo ali papirjem (uši ali gnide bodo tako bolj vidne).
5. Prečesavati začnemo **za ušesi**, po posameznih **pramenih las**, **od narastišča proti konicam las**. Postopek ponovimo od 3- do 5-krat za vsak posamezen pramen las. Zobje glavnika naj se **čim dlje** dotikajo lasišča.
6. Za vsakim potegom **pregledamo glavnik** in ga obrišemo s belim papirjem, katerega odvržemo v že prej pripravljeno plastično vrečko (vreča za odpadke).
7. Po končanem prečesavanju vrečko zavežemo in jo odvržemo v zunanji zabojnik za običajne odpadke.
8. Uporabljen glavnik za nekaj minut namočimo v vročo vodo (okoli 60oC).
9. Celoten postopek traja **od 10 do 15 minut**.

ODPRAVLJANJE UŠI

Če na lasišču odkrijete uši in/ali gnide, je **razuševanje** najučinkovitejši postopek za njihovo odpravo.

POSTOPEK RAZUŠEVANJA:

1. O najbolj priporočenem sredstvu za razuševanje povprašajte vašega farmacevta ali zdravnika.
2. Potrebno je natančno **upoštevati navodila** za uporabo izbranega sredstva proti naglavnim ušem (preparata za razuševanje).
3. Preparat za razuševanje se nanese na suho lasišče.
4. Preparat se razporedi po celotnem lasišču in se ga pusti učinkovati **predpisan čas**, nato se ga spere z vodo.
5. Razuševanje se **čez 7-10 dni** na enak način ponovi.
6. Med enim in drugim postopkom razuševanja se **vsak dan prečesava lasišče** z namenom odstranjevanja gnid.
7. Las se **ne umiva vsaj še dan do dva** po tem, ko se je spral preparat za razuševanje.
8. Če se na lasišču ne odkrije uši in/ali živih gnid, potem se postopek **razuševanje ne izvede**. Postopek razuševanja se nikoli ne izvaja v preventivne namene!

PO KONČANEM POSTOPKU RAZUŠEVANJA:

- ✓ Je potrebno ***oprati v vroči vodi (vsaj 60°C) vse, kar je prišlo v stik z otrokovimi lasmi*** (posteljnina, osebno perilo, brisače, okrasne blazine, pokrivala, šali, bunde). Potrebno je oprati tudi vse predmete za higieno las (glavnike, krtače, lasne obroče, sponke za spenjanje las) in ***plišaste igrače!***
- ✓ Predmeti, ki se ne morejo oprati, se jih **nepropustno zapre** v plastično vrečko in pusti 10 do 14 dni na sobni temperaturi ali 24 ur v zamrzovalniku.
- ✓ **Posesati in primerno očistiti je potrebno tudi** oblazinjeno pohištvo, preproge in avtomobilske sedeže. Uporabljena vrečka sesalnika se zavrže.