

# UŠLJIVOST GLAVE

**Uš glave (*Pediculus humanus capitis*)** je parazit veličine 2-3 mm, sive ili smeđe boje, koji živi isključivo na vlasištu čovjeka. Hrani se krvlju putem bezbolnih uboda, prilikom čega ispušta slinu koja uzrokuje iritaciju i svrbež vlasišta.

Odrasla ženka živi oko 30 dana te u tom razdoblju snese oko 100 jajašaca. Gnjide (jajašca) su bjeličasto-sjajne, manje od milimetra, poput peruti, ali su za razliku od peruti zalijepljene na vlasi te ostaju takve i nakon pranja kose/češljanja. Iz gnjida se za 7 dana izlegu uši koje za 14 dana postaju spolno zrele te mogu nesti nove gnjide.

**Živa uš može van tijela preživjeti oko 1-2 dana** – zato je osobito važno tretiranje na temperaturi **od 60 °C i više** posteljine, rublja, ručnika, pokrivala za glavu (marama, vunene kape), odjeće koja se skida preko glave i sl.

## KAKO SE PRENOSE UŠI?

Uši se prenose izravnim dodiranjem glave o glavu sa osobom koja ima uši, nešto rjeđe korištenjem zajedničkih češljeva, kapa, marama, odjevnih predmeta, ručnika, jastuka, posteljine... Uši ne skaču s čovjeka na čovjeka, niti imaju krila. Ne prenose se preko vode u bazenu niti preko kućnih ljubimaca. One same ne prenose zarazne bolesti.

## KAKO PREPOZNATI UŠLJIVOST?

Uporan svrbež glave, kao posljedica alergijske reakcije na ubode ušiju. Gnjide se najčešće nalaze pri korijenu kose na sljepoočnicama, iza ušiju i na zatiljku.

## ŠTO UČINITI U SLUČAJU POJAVE UŠLJIVOSTI GLAVE U VRTIĆU / ŠKOLI?

- ✚ U narednim danima i tjednima svaka 2-3 dana provjeravati ima li ušiju u kosi vašeg djeteta.
- ✚ U slučaju da u kosi svoga djeteta nađete gnjide ili uši, dijete ne treba slati u vrtić/školu dok se ne provede tretman protiv ušiju. Ako roditelji ne shvate pojavu ušljivosti ozbiljno pa vrlo brzo pošalju djecu natrag u vrtić/školu, postupak iskorjenjivanja se može razvući i na nekoliko mjeseci.
- ✚ Odmah obavijestiti odgovorne osobe vrtića/škole o pojavi ušljivosti kod vašeg djeteta.
- ✚ Sve osobe koje žive u istom kućanstvu i ostale bliske kontakte s infestiranom osobom, trebaju pregledati kosu i u slučaju nalaza nametnika započeti tretman. Sve osobe trebaju se tretirati istovremeno.

## METODE UKLANJANJA UŠIJU

Ako su na kosi djeteta pronađene uši ili gnjide, potrebno je poduzeti slijedeće mjere:

- ✚ Započeti tretman preparatom protiv ušiju (nabaviti u ljekarni).
- ✚ Strogo se pridržavati uputa za korištenje koje se nalaze na preparatu.
- ✚ Nakon tretiranja kose ne koristiti sušilo, jer proizvod može izgubiti djelotvornost.
- ✚ 1-2 dana nakon tretmana ne šamponirati kosu zbog produljenog djelovanja preparata.
- ✚ Pranje istim preparatom ponavlja se za 7 - 10 dana jer niti jedan preparat nije 100% učinkovit.
- ✚ Ispiranje kose u toploj otopini vinskog octa i vode u omjeru 1:1 ili vodi zakiseljenoj limunovim sokom (otapa se tvar kojom su gnjide priljubljene za vlasi).
- ✚ Iščešljavati gustim češljem svaka 2-3 dana kroz 2-3 tjedna, a vidljive gnjide skidati pojedinačno rukom.
- ✚ Liječenje kemikalijama se ne smije koristiti kod beba mlađih od 1 godine, trudnica ili dojilja, niti kod osoba s upalnim promjenama na koži glave.
- ✚ **Upotrebu klasičnih insekticida strogo treba izbjegavati!!!**
- ✚ Mehaničke metode uklanjanja ušiju zagrijanim zrakom (sušilo za kosu) ili električnim češljom.

## DOPUNSKE MJERE

- ✚ Potopiti češljeve i četke u vrućoj vodi  $\geq 55^{\circ}\text{C}$  / 10 min.
- ✚ Odjeću, posteljinu i ostale predmete s kojima je infestirana osoba bila u kontaktu do 2 dana prije tretmana, oprati u vrućoj vodi ( $60^{\circ}\text{C}$ ). Odjeću i predmete koji se ne mogu tretirati vrućom vodom zatvoriti u plastične vreće tijekom 2 tjedna.
- ✚ Usisati podove i namještaj, osobito gdje je infestirano dijete sjedilo i ležalo.

## PREVENCIJA I KORISNI SAVJETI

- ✚ Redovito pregledavati djetetovu kosu, osobito početkom nove školske godine.
- ✚ Izbjegavati izravni dodir „glava – glava“ tijekom igre, nastave ili sportskih aktivnosti.
- ✚ Kod duže kose potrebno je kosu vezati u rep.
- ✚ Ne dijeliti kape, šalove, marame, trake za kosu, sportske uniforme i kapute.
- ✚ Ne dijeliti češljeve, četke i ručnike.
- ✚ Ne ležati na krevetima, jastucima, tepisima ili plišanim igračkama koje su bile u izravnom dodiru s infestiranim djetetom.

Preuzmite letak „Sprečavanje ušljivosti“ sa stranice  
Nastavnog zavoda za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar.  
(link u privitku)

