

شپس سر

Louse

شپشها مکنده خون انسان، حشراتی بدون  
بال، با پاهایی که برای چسبیدن به موها  
سازگار شده اند. بر سه نوع مختلفند که هر  
سه نوع روی بدن انسان زندگی می کنند  
و بطور غیر طبیعی حیوانات را انتخاب می  
کنند.

شپش در یک محیط گرم نزدیک به پوست  
انسان رشد می کند و اگر با انسان تماس  
نداشته باشد ظرف چند روز می میرد (معمولاً  
بیش از یکروز زنده نمی ماند) معمولاً شپش  
سر بیماری ایجاد نمی کند (اما شپش بدن ایجاد  
می کند.) در آخرین رشد  $4/5$  میلیمتر طول  
دارد با مکیدن خون تغذیه می کند که طول  
روز چندبار تکرار می شود.

طول عمر متوسط شپش ماده ۳۰ روز که  
روزی ۵ تخم می گذارد به تخم شپش رشک  
می گویند که به اندازه ته سنجاق ته گرد است  
و بعد از ۷ روز تخمها باز می شود ، بعد از سه  
بار پوست اندازی بالغ می شوند. رنگ بالغها  
بین خاکستری تا قرمز متغیر است.

شپش سه مرحله زندگی تخم و نمف و بالغ  
را پشت سر می گذارد معمولاً در افراد آلوده  
۱۰ تا ۲۰ شپش بالغ یافت می شود. شپش سر  
اغلب کودکان را هدف قرار می دهد و بیشتر  
به موهای پشت سر و پشت گوش می چسبد  
از آنجایی که موها هر ماه تقریباً ۱ سانتیمتر  
رشد می کنند می توان تقریباً بر آورد مدت  
زمان آلودگی را اندازه گیری کرد.

شپش در آب نمی تواند زنده بماند زیرا تنفس  
می کند. بزاق شپش حاوی مواد ضد انعقاد  
است که خارش شدید را موجب می شود.  
حرکت شپش بصورت لغزشی است. فرق  
شوره سر با رشک اینست که تخم شپش به  
سختی از مو جدا می شود اما شوره سر به  
راحتی می ریزد.

## راههای کنترل شپش سر:

- تعویض متناوب لباس
- شستشوی لباس آلوده در آب خیلی گرم یا خشکشویی کردن آنها (لباسها ۱۰ تا ۲۰ دقیقه در آب جوش بماند).
- از اتوی داغ برای لباسها بخصوص درز لباسها و یقه استفاده شود.
- فرشها و موکتها و مبلمانها و صندلی های ماشین جاروبرقی شود.
- اسباب بازی کودکان شسته شود.
- وسایلی که قابل شستشو نیستند یک هفته در کیسه پلاستیکی نگهداری شود.

## راههای کنترل شپش سر:

- جدا کردن تخم شپش از موها در حد امکان (باشانه و دست)
- رفع آلودگی از لوازم شخصی
- جدا کردن دانش آموز مبتلا به مدت دو هفته از سایر دانش آموزان
- درمان همزمان کلیه اعضای خانواده
- درمان همزمان با پاکسازی خانه باشد
- استفاده از لوسیونها و شامپوهای ضد شپش
- در صورت عدم دسترسی به دارو مخلوط نفت با روغن نباتی (به نسبت ۱ به یک) به موهای آلوده مالیده شود و سپس با یک حوله روی آن پوشانده و بعد از یک ساعت شستشو شود.



# پیشگیری:

- رعایت بهداشت فردی
- استحمام مرتب و شستشوی موی سر
- شانه کردن مرتب موی سر
- عدم استفاده از وسایل دیگران
- تمیز کردن مرتب شانه و برس
- پرهیز از افراد آلوده
- کنترل موی سر دانش آموزان