

HEAD LICE FACT SHEET

Facts About Head Lice: Lice are small crawling insects. They live in the hair of humans and can be passed person to person by direct contact or on shared objects such as combs, towels, clothing, barrettes, pillows, or headphones. Anyone can get head lice. They are annoying and upsetting, but they are not life threatening. **Lice infestations are very common and should carry no more stigma than an epidemic of any other contagious illness.**

Appearance: Lice are small wingless bugs that are gray or rusty-brown in color. They are usually found on the scalp, the back of the head, nape of the neck, or behind the ears. The lice eggs, called **NITS**, are usually easier to see than the bugs themselves. The live bugs move very quickly away from light during inspection of the hair. The nits are oval-shaped and opaque-whitish color. The eggs may be present 7 to 10 days before they hatch into live bugs. They attach to the hair shaft, usually near the scalp, with a glue-like substance. They are easily distinguished from harmless flecks of dandruff, which can be brushed off. Nits cannot be brushed off! With lice, intense itching is common.

Diagnosis: When a child in a classroom is found to have lice or nits, he will be sent home from school. He cannot return to school until he is treated and the nits are removed. Proof of treatment must be brought to the nurse and inspection of the child's hair will be done before the child can be admitted back into the classroom.

Treatment: Research shows that head lice have become resistant to the treatments used to kill them. There are a number of treatment recommendations to be tried. Check and recheck your child for lice and nits. Be sure to follow the directions on the product and treat not only the child, but also other members of the family and the environment. **It will probably be necessary to treat more than once to get rid of the pests!**

Treatment Recommendations:

1. Medicated shampoo or rinse such as RID, Kwell, or Nix. Follow directions for application, frequency of treatment, and treating the environment.
2. Olive Oil Treatment---Apply olive oil to dry head. Completely saturate the scalp and hair. Massage oil into the scalp. Once the hair is saturated, apply a shower cap and leave on overnight or at least 8 hours. Use this treatment on the following schedule: Days, 1, 2, 5, 9, 13, 17, and 21. **DO NOT MISS** any of the days. Leave the oil in for combing out nits. Use a good metal nit comb. Wash out the oil when you are finished with regular shampoo.
3. Mayonnaise Treatment---Apply a thick coat of regular mayonnaise (do NOT use low fat or light mayonnaise) to the hair and scalp, and cover with a plastic shower cap. Leave the shower cap on for three to four hours. The mayonnaise will smother the lice and eggs. Wash the hair with warm water and shampoo to remove mayonnaise. The dead eggs will still be attached to the hair. To remove the dead eggs, apply a mixture of vinegar and water to hair to dissolve them. Also, comb with a metal nit comb. Retreat on day 1, 2, 5, 9, 13, 17 and 21.
4. Tea Tree Oil Shampoo---Available under several brand names at health stores and retailers. Shampoo hair and comb out nits.
5. Cetaphil Cleanser---Cover the hair with the cetaphil. Allow it to dry on the hair. Wash. Can be purchased at the grocery store. Repeat in 7 days.

With all these treatments, you must treat the environment also.

1. Comb out the nits. Before rinsing the olive oil from the hair, use a metal nit comb (the metal combs seem to be more effective in removing nits than the plastic). Work with small sections of hair, cleaning the comb on a tissue after each stroke. Pin back each section of hair after combing out nits. After each section of hair is combed, rinse the hair with a shampoo for oily hair. (Nits must be removed before return to school).
2. Wash clothes, bed linens, and towels. Use hot water, then dry on the HOT cycle for at least 20 minutes. Items such as stuffed animals, headphones, and hats that are not machine washable must be dry-cleaned or stored at room temperature in a tightly sealed plastic bag for at least **TWO weeks**.
3. Soak combs, brushes, and other hair styling aids in hot water for at least 10 minutes
4. Vacuum everywhere. Make sure the rest of your home is louse-free. Vacuum carpets, pillows, mattresses, upholstered furniture, and **car seats**.
5. Recheck hair in bright light for signs of nits in two weeks.

Prevention:

1. Watch for head scratching, the surest sign.
2. Use a shampoo with coconut oil in it, as it appears to discourage lice from taking up residence.
3. Discourage sharing items with other children.

****The above information is a compilation of information taken from several websites and articles.****

HEAD LICE FACT SHEET (Spanish) **INFORMACION ACERCA DE LOS PIOJOS**

Información acerca de los piojos: Los piojos son insectos pequeños que se arrastran. Viven en el cabello de los seres humanos y pueden pasar de una persona a otra a través de un contacto directo o compartiendo artículos, tales como, peines, toallas, prendas de vestir, horquillas del pelo, almohadas, cojines, auriculares etc. Cualquiera puede tener piojos. Son muy molestos y fastidiosos, pero no son una amenaza para la salud. Las infestaciones de piojos son muy comunes y no debería dársele más estigma que a cualquier epidemia o enfermedad contagiosa.

Apariencia: Los piojos son bichos sin alas, de color gris o marrón oxidado. Normalmente éstos se encuentran en el cuero cabelludo, la parte de atrás de la cabeza, en la nuca, o detrás de las orejas. A los huevos de los piojos se les llaman liendres, y normalmente son más fáciles de ver que los piojos. Los piojos se apartan rápidamente de la luz cuando se está inspeccionando el cabello. Las liendres son de tamaño ovalado y de un color blanco opaco. El período de incubación de las liendres es de 7 a 10 días. Estas se pegan al pelo, normalmente cerca de la parte superior del cuero cabelludo, y desprenden una sustancia parecida al pegamento. Se diferencian de la caspa claramente, la cual se puede cepillar con facilidad. Con los piojos, los picores de cabeza intensos son muy comunes.

Diagnóstico: Cuando un niño/a en la clase se le encuentran piojos o liendres (huevos), a el/ella se le mandará a casa de inmediato. No pueden volver a la escuela hasta que el/ella sea tratado y las liendres sean quitadas del cabello. La prueba de que dicho tratamiento se ha llevado a cabo, deberá traerse a la enfermera y ésta hará una inspección del niño/a antes de poder volver a clase.

Tratamiento: Las investigaciones demuestran, que los piojos se están haciendo resistentes a los tratamientos que en el pasado, normalmente los mataban. Hay varios tratamientos recomendados que se pueden usar. Examine y vuelva a examinar la cabeza de su hijo/a. Asegúrese de que sigue las instrucciones del producto al pie de la letra, y trate no solamente al niño/a, sino al resto de los miembros de la familia y el entorno donde viven. ¡Para exterminarlos, probablemente habrá que utilizar el tratamiento más de una vez!

Tratamientos Recomendados:

1. Champú medicado tal como RID, Kwell o Nix. Siga las instrucciones que se dan para su aplicación, use el tratamiento con frecuencia y también trate su entorno.
2. Aceite de Oliva---Aplique el aceite de oliva en la cabeza en seco. Sature completamente con aceite el cuero cabelludo y el cabello. Masajee el aceite en el cuero cabelludo. Una vez que el cabello esté saturado, póngase un gorro de baño y déjelo puesto durante toda la noche o por los menos 8 horas. Use este tratamiento como sigue: Días 1, 2, 5, 9, 13, 17 y 21. **NO DEJE** de usar el tratamiento en ninguno de estos días. Deje el aceite en la cabeza para poder quitar las liendres con un peine. Use un buen peine de quitar liendres que sea de metal. Cuando haya acabado el tratamiento, quítese el aceite de la cabeza lavándose con un champú normal.
3. Tratamiento con Mayonesa---Aplique una buena capa de mayonesa en el

cuero cabelludo y en el cabello (**NO USE** mayonesa de grasa reducida), y cúbrase la cabeza con un gorro de baño. Déjese el gorro puesto por un espacio de tiempo de 3-4 horas. La mayonesa asfixiará los piojos y las liendres. Lávese el cabello con champú y en agua templada para quitar la mayonesa. Las liendres (huevos) aún estarán pegadas al pelo. Para quitar los huevos muertos, aplique una combinación de vinagre y agua para disolverlos. También péinese con un peine para liendres que sea de metal. Vuelva a aplicar dicho tratamiento como sigue: Días 1, 2, 5, 9, 13, 17 y 21.

4. Champú de Tea Tree Oil--Disponible en varias marcas, de venta en herbolarios (health food stores), o supermercados. Lávese el cabello con el champú, después de esto quite las liendres con el peine.

Con todos estos tratamientos, Vd. también deberá tratar su entorno.

1. Quite las liendres con un peine. Antes de quitarse el aceite de oliva del cabello, use un peine que sea de metal para quitar las liendres (Aparentemente, el peine de metal quita mejor las liendres que uno de plástico). Trabaje en secciones pequeñas del cabello, limpiando el peine con un pañuelo de papel después de cada pasada. Recoja cada sección del cabello con una horquilla después de haber pasado el peine y haber quitado las liendres, a continuación eche el pelo para atrás. Después de que cada sección del cabello haya sido peinada, enjuáguese el pelo con un champú para pelo grasiento. (Las liendres tienen que estar quitadas antes de volver a la escuela).
2. Lave las prendas de vestir, ropa de cama y toallas. Use agua caliente, a continuación seque todo en un ciclo **CALIENTE**, por lo menos 20 minutos. Artículos tales como animales de puluche, auriculares y gorras que no se puedan lavar en la lavadores, deberán llevarse a la tintorería o almacenarlas en una habitación a una temperatura ambiente, dentro de una bolsa de plástico herméticamente cerrada y durante un período de tiempo de **DOS** semanas.
3. Ponga en remojo en agua caliente durante 10 minutos todos los peines, cepillos o cualquier otro artículo de peluquería.
4. Pase la aspiradora por todos los lugares. Asegúrese que el resto de su casa está libre de piojos. Pase la aspiradora a moquetas, alfombras, almohadas, cojines, colchones, muebles tapizados, y a los **asientos del coche**.
5. Vuelva a examinar el cabello debajo de una luz fuerte.

Prevención:

1. Observe que su hijo/a no se rasque la cabeza con demasiada frecuencia, esto podría ser una indicación de que tiene piojos.
2. Use champú de aceite de coco, parece ser que dicho tratamiento ahuyenta a los piojos.
3. Dígale a su hijo/a que no compartan artículos con otros niños.

****La información arriba mencionada es una recopilación tomada de varios artículos y páginas Web.****