

## NAGLAVNE UŠI

Naglavne uši so drobne, približno 3mm velike žuželke. Naselijo se na človekovi glavi, največ jih je na sencih, za ušesi in na tilniku, ter sesajo kri. Najpogosteje se naselijo na zatilju, za ušesi, na vrhu človekove glave. V nasprotju s splošnim prepričanjem imajo raje čiste kot umazane lase.

### Kako se prenašajo?

Naglavne uši prehajajo z enega posameznika na drugega **samo ob neposrednem stiku glave z glavo. Ne skačejo, ne letijo in ne poskakujejo z glave na glavo.** Prav tako se **prenašajo s souporabo glavnikov, brisač, krtač, kap, klobukov in pokrival.** Selijo se z obleke na obleko, ostajajo na odejah in plišastih igračah. Pojavljajo se zlasti med otroci v vrtcih, šolah in drugih ustanovah, kjer je več otrok skupaj. Če se napadeni posameznik začne *obupno praskati in si poškoduje kožo, se ta lahko okuži z bakterijami.* **Prav tako so naglavne uši lahko prenašalci nalezljivih bolezni.**

### Kako jih odkrijemo?

Otrokovo pogosto praskanje je eden od pokazateljev. Odrasle naglavne uši so sivkasto bele do rjave barve in zelo majhne, manjše od vžigalične glavice. Prav zaradi majhnosti in hitrega gibanja jih je zelo težko odkriti. Laže je odkriti živa jajčeca (te so kremasto rjave barve) in prazne jajčne lupine (te so bele barve), ki se nepopustljivo držijo las. **Najlažji način odkrivanja uši je česanje z gostim glavnikom.** Prečesite predel las in skrbno pregledajte glavnik.

### Zdravljenje

Da ne bi prišlo do nadaljnjega prenašanja uši, je potreben sistematičen postopek razuševanja. Pripravki za razuševanje (šampon, gel, emulzija, losjon) se kupijo v lekarni. Navodila, ki so navedena pri posameznem izdelku, je potrebno **natančno upoštevati, saj se čas učinkovanja med izdelki razlikuje.**

Novejši pripravki (npr. **AESCULO GEL, PARASIDOSE LOSJON**) vsebujejo naravne učinkovine, ki mehansko učinkujejo na uši in gnide. Kokosovo olje obda uši s filmskim ovojem, uši se zadušijo in poginejo. Gnidam, ki so pritrjene na lase, pa stopi vezivo, s katerim so gnide pritrjene na lase. Gnide propadejo in se odlepijo z las. Ti pripravki so primerni tudi za majhne otroke in nosečnice ter doječe matere. Pripravki, ki so že dalj časa na tržišču, vsebujejo kemične učinkovine, za katere pa se že nekaj let opaža, da so vse manj učinkoviti. Ti pripravki niso primerni za majhne otroke (npr. NIX ŠAMPON, EURAX EMULZIJA).



---

**SPLOŠNI POSTOPEK**, ki ga je potrebno upoštevati:

- lase navlažimo (če je potrebno),
- pripravek nanese enakomerno po celem lasišču,
- pustimo ga delovati predpisan čas,
- lase nato dobro speremo z vodo in umijemo še z običajnim šamponom,
- lase prečešemo z gostim glavnikom,
- preostale gnide z las odstranimo ročno - z nohti,
- če šampon zaide v oči, nos ali usta, ga speremo z veliko količino vode.

V naslednjih dneh je potrebno preverjati lasišče vsem družinskim članom, sam postopek pa ponoviti po navodilu posameznega izdelka. **Pomembno je, da natančno preberite in upoštevate proizvajalčeva navodila!!!**

### **Preventiva**

Osebnih stvari, kot so glavniki, krtače, kape, klobuki in brisače ne posojajte drugim. Lase redno češite ali krtačite. Česanje las z navadnim, gostim glavnikom po rednem umivanju z navadnim šamponom pomaga preprečiti, da bi se našli naglavnih uši. Opozarjajte otroke, naj pri igri ne tiščijo glav skupaj. Redno jim pregledujte lase. Če opazite vsiljivce, uši ali gnide, takoj umijte otrokove lase. Enako naj storijo vsi družinski člani in najbližji prijatelji.

**Še nekaj nasvetov:** kužne vire (glavnike, pokrivala, oblačila, brisače, posteljnino) razkužite z vročo vodo vsaj deset minut, posesajte, operite pri materialu dopustnih temperaturah (vsaj 60°C), parno zlikajte ali kemično očistite. V nasprotnem primeru lahko uši preživijo. Če osebne potrebščine ali oblačila ne prenesejo visokih temperatur jih tesno zaprite v plastično vrečko za vsaj dva tedna. Ker si uši v času življenjskega cikla ne bodo mogle najti gostitelja in s tem hrane, bodo poginile.

VIR: <http://www.zzv-nm.si/>

Organizator ZHR

Jan Brajer, dipl. san. inž.

---