



**Wszawica
to choroba tyleż powszechna co wstydliva.
Ale walka z nią byłaby o wiele skuteczniejsza gdybyśmy
mówili o niej otwarcie,
tak jak o przeziębieniu czy grypie.**

**Zdawałoby się, że to choroba dawnych czasów. Nic podobnego!
Wciąż atakuje dziecięce główki i głowy dorosłych.
Jedynie, co się zmieniło, to sposób walki z wszawicą
– dziś jest o wiele bardziej skuteczny.**

Swędzący problem niestety co jakiś czas wraca do szkół. I choć nie jest już kojarzony jedynie z ubóstwem i rodzinami dysfunkcyjnymi, wciąż wpędza rodziców w poczucie wstydu. Co jakiś czas dostajemy od rodziców informacje o tym, że w szkole pojawiła się wszawica.

**Wtedy rodzice domagają się od szkół walki z wszami,
a szkoły tego samego od rodziców.**

Dlatego mam nadzieję, że poniższe informacje mogą Państwu i szkole całkowicie wyeliminować problem

**I dlatego właśnie informacja
„dziecko ma wszy” sprawia, że rodzice „płoną” ze wstydu.**

Tymczasem prawda jest zupełnie inna: wszawica jednakowo lubi głowy czyste, jak i zaniedbane, nie ma nic przeciwko nowoczesnym krajom np. w Belgii problem wszawicy dotyka aż 10% dzieci, w Czechach 14, a w USA co roku trzeba zwalczać wszy u niemal 9 mln osób. Nie jest też prawdą, że wszy to głównie problem wsi, a w mieście zdarza się rzadko. Statystyki zadają kłam takim „prawdom”. Główny Inspektorat Sanitarny w 2016 najwięcej przypadków wszawicy odnotował w największych skupiskach ludności – w Warszawie, Poznaniu, Wrocławiu, Gdańsku, Katowicach oraz w Łodzi – choć i w mniejszych skupiskach ludzkich wszy nie brakuje.

Generalnie, choć świadomość zdrowotna wśród Polaków rośnie, a poziom ogólnej higieny wszędzie bardzo się poprawił. Eksperci z Wojewódzkich Stacji Sanitarno-Epidemiologicznych utrzymują jednak, że zachorowalność na wszawicę od lat utrzymuje się na tym samym poziomie i żadna z pór roku nie jest pod tym względem wyjątkowa.

Przyczyny wszawicy - skąd ten problem?

Zdaniem epidemiologów wszawica łączy się z nowoczesnym trybem życia, ponieważ jest nas coraz więcej i żyjemy coraz bliżej siebie, w coraz większych skupiskach. Wesz może zawędrować na nowego żywiciela nawet podczas podróży szczególnie w dużym tłoku. Choć nie jest tak skoczna jak psia pchła, też nieźle potrafi sobie poradzić z przemieszczaniem się z jednego osobnika na drugiego.

Znakomita okazja do złapania wszy to duże skupiska dzieci: szkoły, przedszkola, żłobki, obozy, sale zabaw, kolonie, biwaki, akademiki i tzw „nocowania”, – to wszystko stwarza dla wszy doskonałe okazje do „turystyki”.

Kiedy dzieci bawią się ze sobą, przytykając blisko główki, wesz nie ma żadnych ograniczeń w przemieszczaniu się. Trzeba też pamiętać, że współczesne dzieci wyjątkowo dużo czasu spędzają z rówieśnikami i w wyjątkowo dużych grupach. Dlatego też wszawica najczęściej dotyka dzieci, ponieważ one nie zachowują między sobą dystansu tak jak ludzie dorośli – stykają się głowami podczas zabawy, śpią razem, dotykają swoich głów, włosów, czeszą się wzajemnie, głaskają się po głowach, pożyczają sobie czapki, ozdoby na włosy (gumki, spinki, kłamry, opaski) noszą rozpuszczone włosy. Problem dotyczy w równym stopniu chłopców i dziewczynek. Wiadomo jednak, że dziewczynki mają dłuższe włosy a z dłuższymi włosami łatwiej o zakażenie.

**Wszawica głowowa,
to przede wszystkim problem dzieci w wieku od 3 do 15 lat.**

Jak rozpoznać czy to wszy?

Wszy znajdziemy kontrolując włosy swojego dziecka lub innego domownika. Dorosłe wszy są słabo widoczne i dość trudno je znaleźć od razu, ale za to gnidy są bardzo dokładnie widoczne i bez problemu je zauważymy. Pierwszym, najbardziej charakterystycznym objawem wszawicy jest silny świąd skóry głowy. Jest na tyle uciążliwy, że dziecko lub dorosły odruchowo drapiąc się, powoduje powstanie mikrourazów, strupków na głowie.

Aby stwierdzić wszawicę, należy rozchylić dokładnie włosy i podzielić je na przedziałki, dokładnie sprawdzając każdą partię głowy, szczególnie z tyłu i za uszami. Pomocny może okazać się grzebień, którym należy przeczesać mokre włosy. Ze względu na to, że wszy nie tak łatwo dostrzec, poleca się korzystanie z jasnego grzebienia do włosów ciemnych i analogicznie ciemnego do jasnych. Teraz wystarczy tylko obserwować czy na zębach grzebienia po przeczesaniu włosów zostaną wszy, ich larwy lub jajeczka. Włosy dobrze jest wyczesywać nad białą kartką (papier ksero). Po wyczesaniu włosów na jej powierzchni możemy zauważyć wszy oraz wyczesane gnidy.

Skąd tak dokuczliwe swędzenie?

Wesz odżywia się ludzką krwią. By się do niej dostać, wkłuwa się w skórę głowy narządem gębowym – ssawką. Ssąc krew wydziela jednocześnie substancje ułatwiające jej swobodny przepływ, które to powodują nieprzyjemne uczucie swędzenia, dochodzi bowiem do powstania odczynu zapalnego. Z ukłutych miejsc zaczyna się sączyć surowiczy płyn, dochodzi do sklejania włosów. Często również może pojawić się charakterystyczny rumień w okolicach karku. Wszy odżywiają się co kilka godzin, stąd pierwsze objawy wszawicy możemy zaobserwować już następnego dnia po zakażeniu. Składają jaja. U nasady włosów pojawiają się białe (przypominające łupież, lecz o regularnym kształcie), trudne do usunięcia, gnidy (jaja wszy). Znajdują się najczęściej we włosach za uszami oraz nad karkiem, (tu jest najcieplej)

Co to jest wszawica?

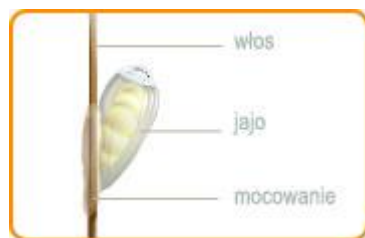
Wszawica (*pediculosis*) jest chorobą pasożytniczą wywoływaną przez trzy rodzaje stawonogów: wesz głowową, wesz łonową oraz wesz odzieżową. Wszystkie trzy rodzaje występują wszędzie tam, gdzie żyje człowiek; na całym świecie i w każdym klimacie. W Polsce najczęściej spotykamy zakażenie wszą głowową (*Pediculus humanus capitis*).



wesz

Wesz głowowa jest owadem należącym do podgromady owadów uskrzydłych koloru od brudnobiałego do szarego. Dorosła samica osiąga długość 2,4 - 4,7 mm, samiec jest mniejszy i mierzy 2 - 3 mm. Pełny cykl życiowy od jaja-gnidy poprzez 3 formy larwalne do postaci dorosłej trwa 3 - 4 tygodnie. Samica wszy składa 100 - 300 jaj, które mocno przylegają do włosa dzięki substancji klejącej. Poza głowę człowieka jest w stanie przetrwać 1 - 2 dni.

Jaja wszy- gnidy



gnida

Jaja wszy zwane są gnidami. Mają biało-brązowe zabarwienie, regularny kształt i są mniej więcej wielkości ziarna piasku. Niekiedy bywają mylone z łupieżem. Ten jednak łatwo można odróżnić dzięki temu, że ma biały kolor i nieregularny kształt. Łupież ponadto daje się łatwo usunąć przez potarcie włosów dłonią – gnid już nie. Jaja dzięki substancji klejącej dosłownie przytwierdzają się do włosów u nasady, są bardzo trudne do usunięcia.

Jeśli zauważmy gnidy na włosach znajdujących się ponad centymetr od skóry głowy, świadczy to o „starym zakażeniu”.



Wesz głowowa i gnidy

W związku z tym, że gnidy są odporne na trucizny, należy się ich pozbyć w sposób mechaniczny. Chociaż nie jest to przyjemne, to trzeba je wyczesać specjalnym gęstym grzebieniem. Jednak nawet najdokładniejsze wyczesanie nie daje stu procent gwarancji pozbycia się problemu, toteż bez płynów lub specjalnych szamponów na pewno się nie obejdzie. Walka z gnidami trwa dłużej niż pokonanie dorosłych osobników – jeśli chcemy naprawdę pozbyć się tego pasożyta, musimy być konsekwentni w swoim oddziaływaniu.

Ciekawostką jest fakt, że wszy podlegają mimetyzacji, czyli ich kolor upodabnia się do koloru włosów żywiciela. Z tego też powodu bardzo często widzimy gnidy, nie możemy zaś tak łatwo dostrzec osobników dorosłych ze względu na ich kolor bliski odcieniowi włosów.

Wszawica! I co dalej?

Jeżeli zauważone zostały wszy bądź gniady u własnego dziecka to:

1. Należy upewnić się, że jest to wszawica.

W tym celu należy dokonać bardzo dokładnego sprawdzenia stanu głowy dziecka. Jeżeli nie mamy pewności należy poprosić o pomoc osobę, która potrafi rozpoznać wszawicę np: babcię, koleżankę, mamę, pielęgniarkę szkolną, pielęgniarkę rodzinną, lekarza rodzinnego a w ostateczności lekarza dermatologa. Wizytę u lekarza dermatologa, należy zarezerwować w momencie, w którym u dziecka, mimo zastosowanego leczenia domowego, nadal występują objawy bytowania pasożyta oraz jeśli pojawiają się dodatkowe objawy, w tym wysypka.

2. Sprawdzić otoczenie

Jeżeli po sprawdzeniu włosów i skóry głowy stwierdzimy, że dziecko ma wszawicę, należy niezwłocznie zastosować odpowiedni środek eliminujący pasożyty z głowy. By Twoje dziecko pozbyło się problemu raz na zawsze – sprawdzić należy także włosy domowników – wszyscy powinni zastosować skuteczny preparat przeciw wszom i gnidom jednocześnie, co zapobiegnie rozprzestrzenianiu się wszawicy i jej nawrotom.

Ważne!

Pamiętajmy, że jeśli jedna osoba w rodzinie ma wszy, to leczeniu powinni poddać się wszyscy jej członkowie jednocześnie. To prawie pewne, że używając tych samych sprzętów i przytulając się do dzieci, zarażeniu mogą ulec także rodzice i rodzeństwo.

3. Kupić skuteczny preparat na wszy i gniady - leczenie wszawicy

W leczeniu wszawicy stosuje się różne **preparaty dostępne w aptekach bez recepty**. Są to środki stosowane na owłosioną skórę głowy w postaci szamponów, płukanek, emulsji, żelów i kremów. Preparaty wmasowuje się w całe włosy, a następnie gęstym grzebieniem wyczesuje się włosy w celu usunięcia gniad. Zabieg należy powtórzyć po upływie 7-10 dni. Na rynku dostępnych jest wiele preparatów bez recepty przeciwko wszawicy. Należy je kupować wyłącznie w aptekach. Warto jest wybrać ten o sprawdzonej skuteczności i dobrej tolerancji dla dziecka.

Skuteczny preparat to taki, który działa na wszystkie stadia rozwojowe wszy.

Trudniejsze będzie pozbycie się jaj, ponieważ preparaty na **wszawicę** nie zawsze na nie działają. Gniady trzeba ściągać ręcznie gęstym grzebieniem lub

rzadszym z kawałkami waty umieszczonymi między zębami. Pozostawienie gnid grozi nawrotem wszawicy. Obcięcie włosów na krótko nie jest konieczne, jedynie ułatwi usunięcie jaj. **Kurację przeciw wszom trzeba powtórzyć po 7–8 dniach, lub według zaleceń producenta preparatu.**

Kurację powinno przeprowadzić się u wszystkich członków rodziny, bądź innych mieszkańców, ponieważ wszy lubią się rozprzestrzeniać. Nie należy jednak leczyć zwierząt, ponieważ nie zarażają się one ludzkimi pasożytami. Oprócz tego należy wyprać pościel oraz ubrania, dezynfekcja mieszkania nie jest konieczna. Wykonanie prania będzie jednak niezbędne, gdyż wszy mogą przeżyć do dwóch dni bez ludzkiej krwi, z kolei larwy nawet do dwóch tygodni. Pasożyty mogą osadzać się na pościeli, ubraniach, grzebieniu, czapkach, poduszkach. Istnieje również prawdopodobieństwo, że ulokują się na meblach, w związku z tym potrzebne będzie w miarę dokładne sprzątanie. Zaleca się odkurzenie dywanów, foteli, kanap, łóżek, a nawet materacy. Dodatkowo należy odkurzyć również fotele w samochodzie. Worek z odkurzacza najlepiej zamknąć w szczelnej torbie i jak najszybciej wyrzucić. Pranie powinno wstawiać się na temperaturę nie mniejszą niż 60 stopni. Jeżeli zakażone mogły zostać przedmioty, które nie zniosą takiej temperatury prania, powinno się je umieścić w szczelnych workach na co najmniej dwa tygodnie, by przeczekać cały cykl rozwojowy pasożytów. Dodatkowo przedmioty skażone takiego typu jak grzebień czy gumka do włosów, powinno się jak najszybciej wyrzucić i zakupić nowe.

4. Poinformować o pojawieniu się pasożytów wychowawcę lub pielęgniarkę szkolną.

Jeżeli rozpoznamy wszawicę u swojego dziecka, powinniśmy jak najszybciej zgłosić to wychowawcy i pielęgniarce szkolnej. Pozwoli to na szybkie podjęcie kroków profilaktycznych i zmniejszenia rozrostu problemu. Dlatego ważne jest poinformowanie wychowawcy aby skutecznie powiadomić wszystkich rodziców w klasie dziecka o zaistniałym problemie. Mimo, że obecność wszy jest zazwyczaj wstydliwym tematem nie powinniśmy zachowywać tego typu informacji wyłącznie dla siebie. Niezwykle ważne jest też, by wszystkie osoby mające styczność z wszawicą, zaaplikowały preparat na wszy i gnidy w możliwie jak najszybciej czasie a najlepiej w tym samym czasie. Dlatego ważne jest poinformowanie wychowawcy aby skutecznie powiadomić wszystkich rodziców w szkole o zaistniałym problemie. **Jedynie konsekwentne, wspólne działanie przyniesie pożądaną efekt i wyeliminowanie problemu.**

5. Obserwować i kontrolować

Pamiętać należy, że tylko częsta kontrola włosów dziecka, pozwala uniknąć zakażenia i rozprzestrzeniania się wszawicy. Należy sprawdzać głowę dziecka raz na 2 tygodnie oraz po każdym powrocie dziecka z wakacji , ferii, koloni, nocowania...

6. Nie bać się edukacji i profilaktyki

Najprostszym sposobem zapobiegania wszawicy jest edukacja. Od najmłodszych lat należy w dzieciach wyrabiać prawidłowe nawyki i zachowania higieniczne szczególnie w zakresie korzystania z rzeczy osobistych (grzebień, ozdoby do włosów, nakrycia głowy).

Kolejnym krokiem jest systematyczna kontrola skóry głowy a także właściwa jej pielęgnacja w miarę indywidualnych potrzeb.

Warto też wytłumaczyć dziecku, że ze względów higienicznych nie należy pożyczać koleżankom i kolegom czapek i akcesoriów do pielęgnacji włosów. Opowiadając dziecku dokładnie, na czym polega ta choroba i na co powinno zwracać uwagę, zwiększamy szanse, że świadome dziecko szybciej poinformuje nas o swędzącej głowie. **Długie włosy dziecka do szkoły powinny być związane lub zaplecione.**

Jeżeli w żłobku, przedszkolu czy szkole waszego dziecka pojawiły się wszy, nie udawajmy, że problem nas nie dotyczy. Gdy choć jedno dziecko w grupie jest nosicielem tych pasożytów, to choroba prędzej czy później dopadnie inne dzieci. Niebezpieczeństwo zostanie zażegnane dopiero wówczas, gdy wszyscy rodzice wezmą sobie sprawę do serca i zaczną działać.

Czego nie należy robić w przypadku wszawicy

- NIE należy golić głowy dziecka,
- NIE wolno stosować u ludzi preparatów przeciw pchłom przeznaczonych dla zwierząt (niebezpieczne dla ludzi stężenia substancji czynnej),
- **NIE wolno piętnować dziecka z wszawicą i jego rodziny –wszawica może wystąpić także pomimo dobrego poziomu higieny osobistej.**
- NIE należy stosować profilaktycznie leków przeciw wszawicy (toksyczność, powstawanie oporności).

Na koniec jeszcze tylko kilka słów...

Słów które wypowiedziała dr Magdalena Stolarczyk

„Wszawica może dotknąć każdego z nas i nie jest to powód do wstydu. Wstydem jest udawanie, że wszawica nas nie dotyczy. Ukrywanie tego faktu przed otoczeniem a w szczególności przed rodzicami innych dzieci (z grupy/klasy naszego dziecka) jest kompletnie nieodpowiedzialne, głupie i egoistyczne. Tak niewiele wysiłku „kosztuje” wysłanie chociażby sms-a lub maila do nauczyciela czy rodziców, aby można było zatrzymać rozprzestrzenianie się choroby. Jeżeli tego nie zrobimy – nie zatrzymamy rozprzestrzeniania wszawicy – to nawet po wyleczeniu naszego dziecka może ulec ono ponownemu zakażeniu – i wtedy możemy mieć pretensję tylko i wyłącznie do siebie....”

PS.

W razie jakichkolwiek pytań i wątpliwości oraz trudności zapraszam do szkolnego gabinetu profilaktyki zdrowotnej, który znajduje się w budynku szkolnym przy ulicy Żeromskiego w następujących dniach i godzinach:

wtorek w godzinach 7.30 – 15.00
pierwsza i trzecia środa miesiąca w godzinach 7.30- 15.00
piątek w godzinach 7.30 – 15.00

telefon kontaktowy 71/ 3166 906

mgr pielęgniarstwa Dorota Krawiec
pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania

Bibliografia

- Magdzik W., Naruszewicz-Lesiuk D., Zieliński A., „Choroby zakaźne i pasozytyczne – epidemiologia i profilaktyka,” Mmedica Press 2004
- Lonc E, „Parazytologia w ochronie środowiska i zdrowia.”, Volumed, Wrocław 2009
- <http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/zdrowie-matki-i-dziecka/zdrowie-ucznia/wszawica>
- <http://psse-hajnowka.pl/stanowisko-departamentu-matki-dziecka-ministerstwie-zdrowia-sprawie-zapobiegania-zwalczania-wszawicy-u-dzieci-mlodziezy-2/>
- <https://dermatologia.mp.pl/choroby/chorobyskory/171074,wszawice>
- <http://wsse-poznan.pl/images/pliki-do-pobrania/oddzial-higieny-dzieci-i-mlodziezy/wszawica.pdf>
- <http://www.wsse.gda.pl/pliki-do-pobrania/promocja-zdrowia/programy/56-qwszawica-jako-problem-spoecznyq-prezentacja/file>
- https://www.sp21.lublin.pl/nowa/download/Wszawica_leczenie_i_profilaktyka.pdf
- <http://www.psseznin.pl/files/wszawica.pdf>
- http://www.psse-szamotuly.pl/FTP/OZ/Wszawica/Wszy_folder.pdf
- <https://www.psewawa.pl/art,244,wszawica-w-polsce-problem-nadal-aktualny>