

Gesundheitsamt



Freie  
Hansestadt  
Bremen



Gesundheit  
und Umwelt

## Kopfläuse

Jeder kann sie bekommen,  
keiner muss sie behalten !





## Liebe Kinder,

Kopfläuse sind kleine sechsbeinige Tierchen, die gerne zwischen den Haaren auf eurem Kopf wohnen. Erwachsene Läuse kleben jeden Tag mehrere Eier an eure Haare.

Wenn die Läuse Hunger haben und das ist oft, saugen sie wie eine Mücke das Blut aus der Kopfhaut. Wenn sie das tun, dann juckt das und man muss sich kratzen.

## Wie du die Läuse wieder weg bekommst ?

Erzähle es deinen Eltern, wenn du dich dauernd am Kopf kratzen musst. Deine Eltern werden dann nachschauen und in der Apotheke ein Mittel gegen Läuse kaufen. Mit diesem Mittel werden deine Haare dann gewaschen. Dabei ist es ganz wichtig, dass du den Kopf ruhig hältst und die Augen fest zumachst. Denn wenn das Mittel in deine Augen kommt, dann kann das stark brennen. Das Mittel muss leider eine ganze Weile an den Haaren bleiben, damit alle Läuse weg gehen, anschließend wird das Mittel wieder ausgewaschen. Häufig muss diese Läuse-Haarwäsche nach einer Woche wiederholt werden, denn mit der Haarwäsche verlassen

nur die geschlüpften Läuse deinen Kopf. Aus den Eiern können manchmal kleine Läuse nachschlüpfen, deshalb müssen deine Haare jeden Tag mit einem speziellen Läusekamm gekämmt werden und das 8 Tage lang.

## **Was kannst du machen, damit du keine Läuse bekommst ?**

Wenn du lange Haare hast, binde sie zusammen, denn die Kopfläuse krabbeln gerne von anderen zu deinen Haaren.

Am leichtesten bekommst du Läuse im Herbst und Winter.

Benutze keine fremden Haarbürsten und verleihe deine nicht an andere Kinder.

**Im Winter solltest du deine Mütze und deinen Schal für dich alleine benutzen und auch keine fremden Mützen und Schals von Freunden anziehen.**



## Liebe Eltern,

nicht nur in der kalten Jahreszeit werden täglich viele hundert oder sogar tausend Menschen in Deutschland von Kopfläusen befallen. Dies hat so viel mit mangelnder persönlicher Hygiene zu tun, wie jeder Mückenstich oder Flohbiss – nämlich gar nichts. Kopfläuse zu bekommen, ist also keine Schande und auch keine Krankheit, aber reichlich lästig. Um die kleinen Plagegeister wieder los zu werden bzw. sie erst gar nicht zu bekommen, ist es notwendig, sie und den Umgang mit ihnen näher kennen zu lernen. Dabei soll Ihnen dieses Faltblatt helfen.

*Nur diejenigen, denen die eigenen Kopfläuse egal sind, brauchen nicht weiter zu lesen - müssen sich berechtigter Weise aber dafür auch „schief angucken lassen“!*

## Was sind Läuse eigentlich ?

Läuse sind etwa 3 mm lange, graue oder hellbraune Insekten mit 6 Beinen. Bei der Untersuchung krabbeln die Läuse meist flink davon. Sie können aber nicht springen oder fliegen.

Die einzige Nahrung der Läuse ist das Blut ihres Wirtes, des Menschen. Die Parasiten saugen im Abstand von einigen Stunden an der Kopfhaut. Läuse haben in ihrem Speichel eine betäubende Substanz – der Stich bleibt so zunächst unbemerkt, verursacht später jedoch einen lästigen Juckreiz. Lauseier, meist als „Nissen“ bezeichnet, sind 1 mm große, weißliche Verdickungen in der Nähe der Kopfhaut.

Sie ähneln kleinen Knospen. Anders als Schuppen haften sie fest am Haar und sind durch normales Kämmen nicht abzustreifen. Läuse und Nissen finden sich bevorzugt in der Schläfen- Ohren- und Nackengegend. Aus den Eiern schlüpfen nach 7 bis 10 Tagen die Larven, die ihrerseits nach weiteren 8 bis 10 Tagen geschlechtsreif sind und selbst wieder Eier legen.



## Grundregeln der „Läusejagd“

- 1. Jeder** kann Kopfläuse bekommen.  
Die Übertragung erfolgt hauptsächlich durch direkten Kopf zu Kopf Kontakt, in selteneren Fällen durch das Teilen und Austauschen von Kopfbedeckungen, Kämmen und anderen persönlichen Gegenständen.
- 2. Nur durch ein **wiederholtes und genaues Untersuchen**** der Haare kann ein Befall ausgeschlossen werden.
- 3. Untersucht werden sollten im Zweifelsfall alle**, die sich am Kopf kratzen und/oder in deren Umgebung (Klasse, Kindergarten, Turnverein, Familie etc.) Läuse vorkommen.
- 4. Zu Fragen der Behandlung mit chemischen Produkten („Lausshampoos“)** lassen Sie sich in der Apotheke beraten. Halten Sie sich an die Anweisungen in der Packungsbeilage.

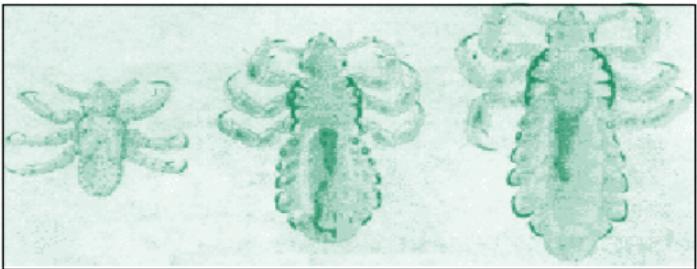
**Behandelt werden muss nur, wer wirklich Läuse hat.**

Ausnahmen: Schwangere oder stillende Frauen, Säuglinge und Kleinkinder, Personen, die an Krankheiten oder Verletzungen der Kopfhaut, an Allergien, Asthma, Epilepsie oder anderen vorhandenen Krankheiten leiden, müssen vor einer

Anwendung den Arzt befragen.

Vorbeugende und häufigere Behandlungen, als in der Packungsbeilage angegeben, sind nicht nur sinnlos, sondern eventuell auch gesundheitsschädlich.

- 5. Zum Ausspülen des Produkts** muss der Kopf über den Badewannenrand oder das Waschbecken gehalten werden; niemals in der gefüllten Badewanne oder stehend unter der Dusche auswaschen, denn unnötiger Hautkontakt mit dem Shampoo sollte vermieden werden. Die Augen mit einem Lappen abdecken. Nur in gut belüfteten Räumen anwenden. Das Tragen von Gummihandschuhen ist empfehlenswert.

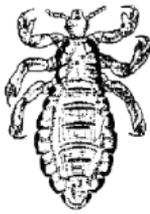


- 6. Es müssen alle Nissen entfernt werden** - dies garantiert einen guten Behandlungserfolg. Spezielle Nissenkämme oder auch die Fingernägel sind dabei nützliche Hilfsmittel.

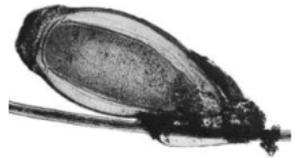
- 
- 7. Bettwäsche und getragene Kleider bei 60 Grad waschen.** Bürsten, Käämme etc. für 10 Minuten in heißes (nicht kochendes!) Wasser legen.
  - 8. Polstermöbel, Stofftiere, Decken, Autositze** etc. werden am einfachsten und sichersten mit dem **Staubsauger** gereinigt. Gifthaltige Sprays sind nicht nötig und nicht zu empfehlen – auch, wenn „Bio“ oder „Natur“ draufsteht.
  - 9. Benachrichtigen** Sie Schule, Kindergarten, Kinderkrippen, Tagesheime bzw. Freunde oder Bekannte, mit denen Sie in jüngster Zeit Kontakt hatten.
  - 10.** Hüte, Kappen, Schals, Helme, Haarutensilien wie Käämme, Bürsten, Haarspangen und- bänder etc. fördern die Übertragung von Läusen – sie dürfen nicht unter den Benutzern ausgetauscht und müssen separat aufbewahrt werden.
  - 11.** Lange Haare sollten zusammengebunden werden.
  - 12. Führen Sie regelmäßig Kontrollen durch.** Je früher Sie einen Lausbefall entdecken, desto einfacher ist er zu behandeln. Dies schützt Ihr Kind und auch andere!

## Haarkontrolle - wichtige Schritte zum Erfolg

Frühzeitige Haarkontrollen erleichtern das "Loswerden" von Läusen erheblich. Arbeiten Sie **bei gutem Licht**, am besten in der Nähe eines Fensters oder im Freien.



Laus (bis zu 3 mm groß)



Nisse (1mm groß)

**Achten Sie auf Nissen**, die Eier der Läuse. Diese kleben gewinkelt auf einer Seite der Haare und sind weiß bis bräunlich. Sie haben etwa die Größe eines Sandkorns und können vom Auge gerade noch erkannt werden.



Läusekamm

Nissenkamm



- Nissen werden leicht mit Schuppen verwechselt. Diese Kleben jedoch nicht wie die Nissen am Haar, sondern können leicht gelöst werden und sind von unregelmäßiger Form. Wenn Sie sich nicht sicher sind, nehmen Sie eine **Lupe zur Hilfe**.
- Lebendige Läuse werden nur selten gesehen. Sie sind lichtscheu und verschwinden sofort im Haar. Ausgewachsene Läuse haben etwa die Größe eines Sesamsamens. -
- **Läuse** leben vor allem im Bereich **hinter den Ohren und im Nacken** und legen auch ihre Nissen hauptsächlich an diesen Stellen ab.
- Am einfachsten und schnellsten finden Sie Läuse mit der Hilfe eines speziellen **Nissenkamms**: kämmen Sie damit systematisch während mindestens fünf Minuten das feuchte und gut entwirrte Haar durch. Dazwischen kontrollieren Sie den Kamm auf darin hängen gebliebene Läuse. Klopfen Sie dazu den Kamm kräftig auf einem weißen Blatt Papier aus.

## So läuft es optimal: Tipps und Tricks zur Läuseentfernung

Die Entfernung aller Nissen und Läuse von Hand ist in jedem Fall die beste Methode und muss auch im Anschluss an eine chemische Behandlung vorgenommen werden. Nur so ist eine Kopflausbehandlung erfolgreich.

Für die Entfernung der Nissen und Läuse von Hand gehen Sie folgendermaßen vor:

- Verteilen Sie auf handtuchtrockenes Haar großzügig eine Pflegespülung („Conditioner“). Dies macht es eventuell verbliebenen Läusen schwierig, sich zu bewegen und der Nissenkamm läuft einfacher durchs Haar. Legen Sie ein Tuch um die Schultern und fixieren Sie es mit Wäscheklammern.
- Kämmen Sie das Haar gut durch, um Knoten zu lösen. Scheiteln Sie es und stecken Sie einen Großteil davon mit Haarklammern zur Seite oder fassen es mit Haargummis zusammen.
- Mit dem Nissenkamm bearbeiten Sie nun kleine Felder von ca. 3x1cm. Dazu setzen Sie den Nissenkamm direkt am Haaransatz an und ziehen das ganze



Haar durch. Achten Sie darauf, dass die Haare an der engsten Stelle durch den Kamm laufen, nur so bleiben auch die Nissen im Kamm hängen. Wiederholen Sie dies mindestens fünf mal pro Haarsträhne und gehen Sie dann zum nächsten Feld. Reinigen Sie zwischendurch mit Küchenpapier den Kamm.

- Wenn das ganze Haar auf diese Weise durchgekämmt ist, kann man die Pflegespülung wieder auswaschen und das Haar in gewohnter Weise trocknen.
- **Kontrollieren Sie weiterhin täglich die Haare und entfernen Sie weitere Nissen und Läuse mit dem Nissenkamm, den Fingernägeln oder schneiden sie ggf. einzelne Haare mit einer kleinen, stumpfen Schere heraus.**
- Es ist empfehlenswert, diese Art der Kontrolle einmal wöchentlich während mindestens eines Monats (nach dem Befall) durchzuführen.

**Achtung:** nicht alle Nissenkämme sind wirklich geeignet, um Nissen aus den Haaren zu entfernen. Ein guter Nissenkamm hat enge und runde Zähne aus Metall (s. Seite 9). Ihre Apotheke hat solche Kämme vorrätig oder kann sie bestellen.

## **Einen Arzt sollten Sie hinzuziehen, wenn....**

- der erste Behandlungsversuch misslungen ist,
- ein Säugling oder Kleinkind sowie Schwangere oder Stillende betroffen sind,
- die Haut bereits stark aufgekratzt oder entzündet ist oder
- bereits eine andere Hauterkrankung vorliegt.

## **Vorbeugen gegen Kopflausbefall – was kann man tun ?**

1. Kontrolle ist die beste Vorsorge!
2. Bescheid sagen in der Kindereinrichtung oder bei Freunden, wenn Läusefälle auftreten!
3. Kein Tausch von Mützen, Schals, Kämmen oder Bürsten zwischen den Kindern.
4. Mützen in der Garderobe möglichst separat hängen.
5. Langes Haar zusammenbinden.



## ACHTUNG: Behandlungsfehler

- **Lausmittel für Tiere** oder Pflanzen, Flohmittel, Fliegen- oder Insektensprays sind nicht für die Anwendung am Menschen geeignet.
- Bedenken Sie auch bei der Anwendung von „**biologischen Produkten**“ oder „**Produkten auf natürlicher Basis**“, dass diese Läuse töten sollen und damit sicherlich nicht „unbedenklich“ sein können.
- **Sprays zur Desinfektion** von Stofftieren, Polstermöbeln, Teppichen etc. belasten diese langfristig mit Giftstoffen. Greifen Sie stattdessen zum Staubsauger oder meiden Sie die betroffenen Gegenstände für mindestens acht Tage.
- **Wiederholte Behandlungen** (mehr als in der Packungsbeilage empfohlen werden) sind auf jeden Fall zu vermeiden. Sie führen von Reizungen der Kopfhaut bis zur Ausbildung von Ekzemen und fördern die Entwicklung von Resistenzen bei den Läusen (sie werden unempfindlich gegen die Gifte). Die Giftstoffe sammeln sich im menschlichen Körper und der Umwelt an. Das Auftreten von Nebenwirkungen wird verstärkt.

- An **Augenbrauen** und **Wimpern** dürfen keine Lausshampoos angewendet werden. Wenn Sie an diesen Stellen Läuse oder Nissen entdecken, dann gehen Sie zum Arzt; möglicherweise handelt es sich hier nicht um Kopf - sondern Filzläuse.

**Ohne Ihren Einsatz ist eine erfolgreiche Bekämpfung der Kopflaus nicht möglich !**

Stand: September 2009



## Dieses Faltblatt bietet Ihnen:

- Informationen zur Lebensweise von Kopfläusen und möglichen Gefahren
- Praktische Hilfestellung bei der Entfernung von Kopfläusen
- Tipps für Kinder
- Hinweise zu möglichen Behandlungsfehlern

Haben Sie noch Fragen?  
Hilfestellung bietet das  
**Gesundheitsamt Bremen**  
Gesundheit und Umwelt  
Infektionsepidemiologie

Sie erreichen uns  
montags bis freitags von  
10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

Tel.: (0421) 361 - 1 55 51

Fax: (0421) 496 - 1 55 51 / 361 - 1 59 18

Internet: [www.gesundheitsamt.bremen.de](http://www.gesundheitsamt.bremen.de)

E-Mail: [infektionsepidemiologie@](mailto:infektionsepidemiologie@gesundheitsamt.bremen.de)

[gesundheitsamt.bremen.de](http://gesundheitsamt.bremen.de)