

Les poux Head lice

Que sont les poux?

Les poux sont de minuscules insectes gris-brun, de la taille d'une graine de sésame et sans ailes, qui vivent sur le cuir chevelu et se nourrissent de sang. Ils pondent des œufs (lentes) qui peuvent avoir l'apparence de pellicules sur les cheveux, près du cuir chevelu. Ces lentes éclosent et se transforment en poux immatures (nymphe) en 9 à 10 jours. Les nymphes deviennent des poux matures en 9 à 12 jours. Les poux matures peuvent vivre jusqu'à 30 jours sur la tête d'une personne. Un pou femelle peut pondre de 5 à 6 œufs par jour.

Les poux peuvent-ils causer ou transmettre des maladies?

Non, les poux ne causent pas ni ne transmettent de maladie. En revanche, ils peuvent être irritants en raison de l'inconfort qu'ils engendrent et de la facilité avec laquelle ils se transmettent d'une personne à l'autre.

Comment les poux se propagent-ils?

Toute personne qui n'est pas chauve peut attraper des poux. Leur présence n'est pas un signe de manque d'hygiène personnelle ou d'un milieu de vie malpropre.

La transmission des poux chez les enfants et les adultes se produit le plus souvent par des contacts étroits entre la tête des autres et la sienne. Les poux ne peuvent pas sauter ou voler d'une personne à une autre. Ils se propagent le plus souvent en passant d'un cheveu à l'autre sur des têtes en contact étroit. Il existe un très faible risque de propagation indirecte des poux par le biais d'échange de taies d'oreiller, d'accessoires pour cheveux, de chapeaux, de brosses et de peignes.

Comment prévenir la propagation des poux?

La meilleure façon de prévenir la propagation des poux est d'encourager les enfants à éviter de toucher la tête des autres avec la leur. Enseignez-leur à ne pas échanger leurs chapeaux, leurs peignes, leurs accessoires pour cheveux ou leurs brosses à cheveux. Si votre enfant a les cheveux longs, attachez-les-lui ou faites-lui une tresse.

Le fait d'avoir déjà eu des poux n'empêche pas une personne d'en attraper à nouveau. On peut intégrer un examen régulier de détection de poux aux routines d'hygiène de la famille.

Quels sont les symptômes de la présence de poux?

Souvent, les personnes qui ont des poux ne présentent aucun symptôme.

Voici une liste non exhaustive des symptômes :

- Une sensation de fourmillement ou l'impression que des insectes rampent sur le cuir chevelu
- Des démangeaisons du cuir chevelu, en raison d'une réaction allergique aux morsures
- La présence d'égratignures ou de petites bosses rouges, comme une éruption cutanée

Comment savoir si mon enfant a des poux?

Pour vérifier la présence de poux, utilisez la méthode du passage d'un peigne fin dans les cheveux mouillés :

- Lavez et rincez les cheveux; appliquez suffisamment de revitalisant pour couvrir l'ensemble du cuir chevelu. Le conditionneur

empêche les poux de se déplacer, ce qui les rend plus faciles à trouver;

- Assoyez votre enfant sous une lumière vive; une loupe peut vous permettre de mieux voir
- Divisez la chevelure en 4 sections et vérifiez chacune des sections une par une avec un peigne à dents fines. Vous devez vérifier l'ensemble de la tête
- Après chaque passage, essuyer le peigne avec un essuie-tout afin de vérifier la présence de poux

Les poux se déplacent très rapidement. On les retrouve généralement très près du cuir chevelu, au bas du cou et derrière les oreilles.

Si votre enfant présente des démangeaisons du cuir chevelu ou a été exposé aux poux, examinez immédiatement ses cheveux et vérifiez près du cuir chevelu. Vérifiez à nouveau une fois par semaine pendant 2 semaines au cas où vous n'auriez pas détecté leur présence. Si vous n'observez que des lentes sans présence de poux, vérifiez à nouveau chaque jour pendant une semaine pour vous assurer que vous n'avez oublié aucun pou vivant.

Si quelqu'un a des poux à la maison, examinez tous les membres de la famille.

Quelles sont les méthodes de traitement sécuritaires contre les poux?

Il existe de nombreux produits et différentes méthodes de traitement contre les poux. On peut tous les obtenir en vente libre. Envisagez employer un traitement uniquement si vous trouvez des poux vivants. Il est impossible de se débarrasser des poux sans traitement.

Vous ne devriez pas renvoyer à la maison un enfant qui a des poux, ni le garder à la maison et l'empêcher d'aller à la garderie ou à l'école.

Si un membre de la famille a des poux, il y a de fortes chances que d'autres membres de la famille en soient également atteints. Tous les membres de la famille devraient subir un examen de détection des poux le même jour et on devrait traiter uniquement les personnes atteintes de poux.

Traitement à l'aide de produits chimiques

Des shampoings, des crèmes, des produits de rinçage et des vaporiseurs contenant un ingrédient qui tue les poux sont disponibles en vente libre dans la plupart des pharmacies. On peut citer la perméthrine, la pyréthrine, le myristate d'isopropyle et la diméthicone.

Certains traitements chimiques peuvent ne pas être sécuritaires pour les nourrissons, les jeunes enfants, les personnes enceintes ou celles qui allaitent, de même que d'autres personnes. Adressez-vous à votre fournisseur de soins de santé ou à votre pharmacien afin de déterminer ce qui vous convient le mieux ou à votre enfant. Suivez toujours attentivement le mode d'emploi figurant sur l'étiquette et conservez les produits hors de portée des jeunes enfants.

Examinez les cheveux après le traitement et éliminez les œufs et les poux. Vous pouvez également retirer les lentes, même si ce n'est pas obligatoire, car les lentes ne sont que des coquilles d'œufs vides.

On répète la plupart des traitements après 7 à 10 jours afin de s'assurer que les poux éclos depuis le premier traitement sont éliminés avant d'avoir eu la chance de pondre de nouveaux œufs. Après le deuxième traitement, il est également important de vérifier la présence d'œufs et de les enlever au besoin. Les démangeaisons peuvent perdurer de 7 à 10 jours, même après un traitement réussi.

On a récemment observé une résistance à un grand nombre de produits chimiques chez les poux. On considère que le produit n'est pas efficace si des poux vivants sont détectés après 2 applications correctement effectuées d'un produit homologué dans un intervalle de 7 à 10 jours. Dans un tel cas, envisagez un plan de traitement complet employant un traitement topique d'un type différent.

Une irritation causée par les produits chimiques est courante et ne constitue pas un signe de l'inefficacité du produit.

La méthode du passage d'un peigne fin dans les cheveux mouillés est moins coûteuse et non chimique. Les traitements employant un peigne

fin suivent les mêmes étapes que celles utilisées pour vérifier la présence de poux. Utilisez de grandes quantités de revitalisant et un peigne fin conçu pour les poux, tous les quatre jours pendant au moins 2 semaines. En présence de poux vivants lors du dernier traitement, peignez de nouveau les cheveux 4 jours plus tard jusqu'à ce que les poux vivants soient éliminés.

Quand appeler votre fournisseur de soins de santé?

Appelez votre fournisseur de soins de santé si les traitements n'ont pas l'effet escompté ou si vous n'êtes pas certain du traitement qui vous convient le mieux ou à votre enfant. Les fournisseurs de soins de santé peuvent conseiller des plans de traitement chimique sécuritaires pour les personnes enceintes ou qui allaitent et les enfants de moins de 4 ans.

Quelles méthodes de traitement sont déconseillées?

On ne doit pas employer certaines méthodes ou certains produits, car ils ne sont ni sécuritaires ni efficaces. On compte parmi ces produits les

vaporisateurs chasse-moustiques, l'huile à moteur, l'essence, l'alcool, le savon antipuces, les teintures, les agents de blanchiment, la chaleur dirigée sur le cuir chevelu, l'ail, la mayonnaise, la gelée de pétrole, l'huile d'olive, le vinaigre, la margarine, des huiles essentielles dont celles de l'arbre à thé, les peignes à poux électriques et le rasage de la tête.

Que doit-on nettoyer?

Les poux quittent rarement le cuir chevelu et s'ils le font, ils ne peuvent survivre que 1 à 2 jours. Les poux ne se transmettent pas par contact avec des meubles, des animaux domestiques ou des tapis. Rien ne prouve la nécessité de nettoyer à fond la maison ou la voiture. On devrait envisager de nettoyer les chapeaux, les taies d'oreiller, les peignes et les brosses à cheveux qui ont été en contact avec la tête de la personne atteinte de poux au cours des 48 heures précédentes; lavez-les dans de l'eau chaude savonneuse et séchez-les au sèche-linge à haute température pendant 15 minutes. Les articles ne pouvant être lavés peuvent être placés dans un sac en plastique hermétique pendant 2 semaines.

Pour les autres sujets traités dans les fiches de HealthLinkBC, consultez www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.