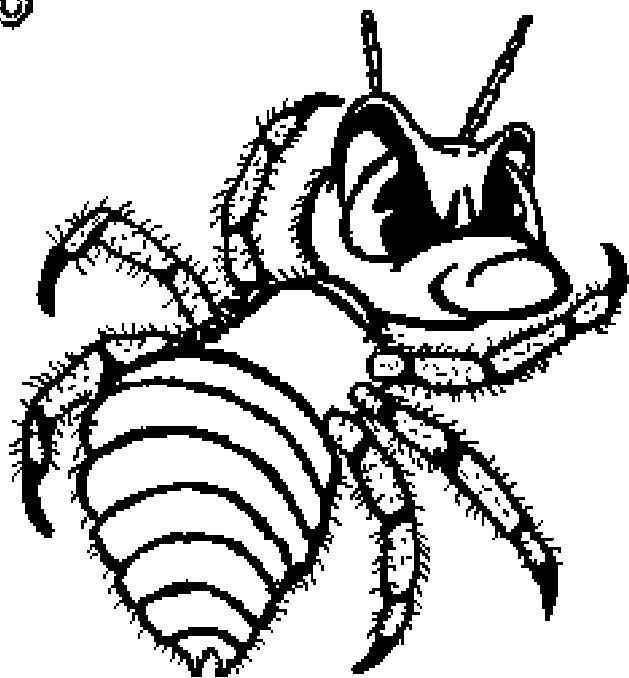


A PROPOS
DE POUX

Mission de promotion de la santé en faveur des élèves du Bas-Rhin



Le pou de tête, ou *Pediculus Capitis*, touche de 10 % à 20 % des enfants scolarisés entre 3 ans et 11 ans.

Ce sont des insectes hématophages, qui se nourrissent de sang, et uniquement de sang humain. En effet, ils ne s'attaquent pas aux animaux. Ils sont aplatis, coriaces, incolores et mesurent de 1 à 3 millimètres.

Les poux adorent voyager d'une tête à l'autre. Pour cela, il faut que les têtes en question soient en contact direct ou que le contact se fasse par l'intermédiaire d'un objet, bonnet ou écharpe, par exemple. Car le pou ne vole pas, ne saute pas mais par contre il sait nager ! Vous ne le noierez donc pas en allant à la piscine...

La femelle du pou vit six à huit semaines et pond des œufs, les lentes, qui vont éclore en une semaine. La prolifération est très rapide puisqu'elle pond près de dix œufs par jour. De plus, les poux et les lentes peuvent survivre jusqu'à trois jours loin du cuir chevelu.

Comment savoir si l'on en a attrapé ?

Il faut savoir que la pédiculose, c'est-à-dire la contamination par les poux, n'a rien à voir avec un manque d'hygiène, et que ces insectes ne transmettent aucune maladie, si ce n'est des problèmes de surinfection liés à des grattages intempestifs.

La meilleure prévention est tout simplement la vigilance : surveillez fréquemment le cuir chevelu de vos enfants, en particulier en cas de poux signalés à l'école.

Procédez à l'examen en pleine lumière car ces petits parasites ne sont pas évidents à repérer. En fait, ce que vous verrez le mieux sont les lentes. Les poux ne sont pas plus gros qu'une graine de sésame et se déplacent très vite.

Les lentes, elles, sont d'un blanc grisâtre, de forme ovale, on peut les confondre avec des pellicules, mais elles sont fixées fermement au cheveu et vous aurez du mal à les en déloger.

Cherchez les méthodiquement, en vous attardant sur leurs zones de prédilection, à savoir les endroits les plus chauds du crâne : près du cuir chevelu, derrière les oreilles, à l'arrière du cou.

Bien sûr, les premiers signes qui doivent vous alerter sont les démangeaisons car les poux, comme les moustiques, pour se délecter de notre sang, y injectent une substance anticoagulante très irritante.

Il faut faire attention, car un seul enfant non traité peut contaminer toute la classe, donc si vous repérez des poux chez le vôtre, n'oubliez pas de prévenir l'école, qui se doit de diffuser l'information.

Et puis, la prévention est aussi le fait d'apprendre les bons gestes à vos enfants : ne pas s'échanger bonnets, écharpes, même si tout cela n'est pas simple à l'école, entre les manteaux accrochés côte à côte et les matelas de sieste empilés les uns sur les autres...

Que faire ?

En raison de l'épidémie qui sévit actuellement il faut vérifier quotidiennement les cheveux des enfants sans oublier ceux de la nuque. Une fois que le pou est là, quels sont les bons gestes pour le faire fuir ? L'association d'une lotion et de shampoing doit permettre d'en venir à bout, à condition de respecter scrupuleusement le mode d'emploi. Il existe de nombreux produits. Vendus en pharmacie, ils sont généralement à base d'insecticide -pyréthrine ou malathion. Les shampoings ne doivent pas être utilisés seuls, mais en association avec une lotion, car ils sont trop dilués pour être efficaces. Il faut bien frictionner la tête avec la lotion, la laisser agir autant hésiter à envelopper la tête dans une serviette pour qu'elle pénètre mieux. Bien évidemment, les cheveux longs font la joie des poux, mais il n'est vraiment pas obligatoire de les couper court, tout est en fait affaire de patience. Ce peut être une solution simple et radicale, mais pas forcément des plus agréables pour votre enfant. Il n'existe pas de remède miracle capable d'éliminer les parasites en une seule fois. Donc, il faudra renouveler le traitement deux ou trois jours après, pour tuer les survivants, et huit jours après, pour tuer les lentes écloses. Un dernier geste d'importance : l'épouillage. Après le shampoing, passez un peigne fin spécifique dans les cheveux encore humides, pour ôter les lentes, lesquelles d'ailleurs sont encore difficiles à éliminer. Il existe des produits spécifiques pour vous aider à les faire partir, mais si vous avez déjà le réflexe de passer un après-shampoing, cela vous aidera.

Et si cela ne suffit pas ?

En fonction des années, les poux vont être plus ou moins résistants à l'un ou l'autre des produits actifs contenus dans les lotions et shampoings.

Il faut donc varier les produits si les infestations sont fréquentes à l'école ou si les poux de votre enfant survivent à deux semaines de traitement.

Il existe par ailleurs une nouvelle molécule qui vient d'arriver sur le marché, l'ivermectine.

Dans tous les cas, il faut systématiquement traiter tous les sujets infestés dans la famille pour éviter que le problème ne réapparaisse. Et se rappeler que ces produits sont quand même très irritants, donc attention aux abus, ne les employez pas systématiquement en prévention.

Les parents ayant des difficultés financières peuvent exceptionnellement s'adresser au Centre Médico-social de leur domicile.

Comment limiter les risques d'attraper les poux ?

Après les traitements, il faut tout désinfecter : vêtements, casquettes, bonnets, manteaux, écharpes, capuches d'anorak, mais aussi toute la literie et les brosses et les peignes et les peluches.

On peut soit tout laver à 60 °C ou tout enfermer dans un sac plastique avec des produits antiparasites pendant une semaine. N'oubliez pas non plus les doudous de votre enfant, l'intérieur des casques de moto...

On peut aussi mettre tout au congélateur pendant 24 heures.

Il peut aussi être utile de traiter les canapés, les sièges autos...

Enfin, surveillez bien la chevelure de votre enfant, brossez-la. Si les poux réapparaissent, changez de traitement, mais n'oubliez pas que ces produits sont toxiques, donc tenez les hors de portée des enfants.

Une chevelure courte ou serrée (nattes, queue de cheval, chignon, etc.) c'est joli et cela protège mieux contre le pou ...

N'échangez pas vos bonnets, bérets, foulards. Ne les entassez pas. Et rappelez vous qu'ils sont lavables.