



HEAD LICE! OH NO!!

Head lice are a chronic problem in children between the ages of 3-11 years old. In school it is safe to assume that one or more students may have head lice at any given time during the year. All parents should familiarize themselves with information about lice so they know how to detect and treat lice on their children. **It is the parents' responsibility to check their children regularly for head lice, whether or not symptoms are present.**

WHAT ARE HEAD LICE?

Head lice are tiny, wingless, gray-brown insects that live in the human hair. Lice hatch from small eggs, called nits, which attach very firmly to the hair. Nits appear as flecks of dandruff, but unlike dandruff, they cannot be flicked out of the hair. Once a louse lays eggs in a child's hair, the eggs hatch in about 7-12 days. The new lice reach maturity in 8-9 days. With close inspection, the live lice and/or the nits may be observed. Itching and scratching of the scalp and the nape of the neck are usually the first evidence of a head lice infestation. By the time lice are discovered on a person's head, they have probably been there for 4-6 weeks.

HOW ARE HEAD LICE SPREAD?

Lice move by crawling, not flying or jumping. They typically crawl from one head to another through direct and extended contact. Children can be exposed to lice in many places. Direct head-to-head contact is almost always necessary for the spread of lice to happen. Play dates, slumber parties, Scouts and the sharing of hats, hair brushes, hair bows, and towels are all common ways lice may be spread. Head lice are not likely to be spread in the school environment or by the sharing of headphones and helmets.

HOW ARE HEAD LICE TREATED?

Regular shampoo will not kill head lice or the nits. A treatment plan involves use of a special medicated shampoo for lice, removal of nits, cleaning of the environment, and careful monitoring. All family members and close contacts should be checked. Treatment is recommended **ONLY** for those individuals with live lice and/or nits found close to the scalp. Treatment does not prevent lice; it only kills live lice. It is very important to closely follow the manufacturer's instructions. It is important to note that treatment with a medicated shampoo does not kill nits. Nits need to be combed out of hair before they hatch. Contact your Health Care Provider before treating children under the age of 2 years.

The following steps are recommended:

- 1) Check your child's head regularly.
- 2) If live lice or nits are found within ¼ inch of the scalp, treat with medicated shampoo,
- 3) Remove nits from your child's hair,
- 4) Follow recommended household cleaning.
- 5) Re-treat in 7-10 days.
- 6) Continue to check your child on a regular basis.

If you think your child has head lice or if you have any questions, please contact your health care provider or school nurse.

¡PIOJOS DE LA CABEZA! ¡¡OH NO!!

Los piojos son un problema crónico en niños entre las edades de 3-11 años. En la escuela, es seguro suponer que uno o más estudiantes pueden tener piojos en cualquier momento del año. Todos los padres deben familiarizarse con la información sobre los piojos para que sepan cómo detectar y tratar los piojos en sus hijos.

Es responsabilidad de los padres controlar regularmente a sus hijos por piojos, ya sea que presenten o no síntomas.



¿QUÉ SON LOS PIOJOS?

Los piojos son insectos pequeños, sin alas, de color marrón grisáceo que viven en el cabello humano. Los piojos nacen de huevos pequeños, llamados nits, que se adhieren firmemente al cabello. Las liendres aparecen como manchas de caspa, pero a diferencia de la caspa, no se pueden quitar del cabello. Una vez que un piojo pone huevos en el pelo de un niño, los huevos eclosionan en aproximadamente 7-12 días. Los nuevos piojos alcanzan la madurez en 8-9 días. Con una inspección cercana, se pueden observar los piojos vivos y / o las liendres. El prurito y el rascado del cuero cabelludo y la nuca suelen ser la primera evidencia de una infestación de piojos. Para cuando se descubren los piojos en la cabeza de una persona, es probable que hayan estado allí por 4 a 6 semanas.

¿CÓMO SE DERRIBAN LOS PIOJOS?

Los piojos se mueven arrastrándose, no volando o saltando. Por lo general, se arrastran de una cabeza a otra a través del contacto directo y prolongado. Los niños pueden estar expuestos a piojos en muchos lugares. El contacto directo de cabeza a cabeza casi siempre es necesario para que se propaguen los piojos. Las fechas de juego, las fiestas de pijamas, los Scouts y el intercambio de sombreros, cepillos para el pelo, lazos para el pelo y toallas son formas comunes en que se pueden transmitir los piojos. Los piojos no son diseminados en el entorno escolar o compartiendo audífonos y cascos.

¿CÓMO SE TRATAN LOS PIOJOS?

El champú regular no mata los piojos o las liendres. Un plan de tratamiento implica el uso de un champú medicinal especial para piojos, eliminación de liendres, limpieza del ambiente y monitoreo cuidadoso. Todos los miembros de la familia y los contactos cercanos deben ser revisados. El tratamiento se recomienda ÚNICAMENTE para aquellas personas con piojos vivos y / o liendres que se encuentren cerca del cuero cabelludo. El tratamiento no previene los piojos; solo mata piojos vivos. Es muy importante seguir de cerca las instrucciones del fabricante. Es importante tener en cuenta que el tratamiento con un champú medicado no elimina las liendres. Las liendres deben peinarse antes de que nazcan. Póngase en contacto con su proveedor de atención médica antes de tratar a niños menores de 2 años.

Se recomiendan los siguientes pasos:

- 1) Revise la cabeza de su hijo regularmente.
- 2) Si se encuentran piojos vivos o liendres dentro de ¼ de pulgada del cuero cabelludo, trate con shampoo medicado,
- 3) Retire las liendres del cabello de su hijo,
- 4) Siga la limpieza doméstica recomendada.
- 5) Retratar en 7-10 días.
- 6) Continúa revisando a tu hijo regularmente.

Si cree que su hijo tiene piojos o si tiene alguna pregunta, comuníquese con su proveedor de atención médica o enfermera de la escuela.



NTSHAUV! UAB YUA!!

Taubhau muaj ntshauv yogi b qho teebmeem loj rau cov menyuam yaus hnuv nyoog ntawm 3 mus txog 11 xyoo. Nyob rau hauv tsev kawm ntawv yeej muaj kev ruaj ntseg hais tau tias tejzaum yuav muaj li ib los yog coob tshaj ntawm ib tug menyuam yaus yuav mauj ntshauv nyob rau xyoo ntawv. Txhua tus niamtxiv yuav tsum tau kawm thiab paub txog ntshauv es lawv thiaj li yuav paub kuaj thiab tua ntshauv saum lawv cov menyuam lub taubhau. **Kev saib xyuas kuaj ntshauv ua ntu zus mus yog niamtxiv txoj haujlwm txawm yog tias yuav muaj ntshauv los tsis muaj.**

NTSHAUV YOG DABTSI?

Ntshauv yog ib hom kab me me, tsis muaj tis, yog xim txho-txho liab tseb nyob rau saum tibneeg lub taubhau. Ntshauv daug menyuam los ntawm lub qe ntshauv uas lo ruaj khov rau ntawm cov plaubhau. Cov qe ntshauv zoo li plhaws tiamsis zoo tsis xws plhaws vim muab plws lawv tsis poob ntawm cov plaubhau los. Thaum tus niam ntshauv nteg qe rau tus menyuam cov plaubhau lawm ces li 7 mus rau 12 hnuv xwb cov qe daug ua menyuam lawm. Cov ntshauv tshiab loj hlob tiav ntshauv laus xws li 8 mus rau 9 hnuv xwb. Yog tias saib xyuas zoo zoo ces yeej paub tias thaum twg muaj ntshauv los yog qe ntshauv. Kev khaus thiab khawb saum tawv taubhau thiab lub caj dab yog feem ntau ces taubhau muaj ntshauv lawm. Lub sijhawm thaum paub tias ib tus neeg twg muaj ntshauv rau saum taubhau lawm ces cov ntshauv twb nyob saum tau li 4 mus rau 6 lub asthiv lawm.

NTSHAUV KIS LI CAS?

Ntshauv kis tau los ntawm qhov nkag tsis yog ya los yog dhia. Feem ntau lawv nkag ib lub taubhau mus rau lwm lub taubhau uas nyob sib ze. Cov menyuam yuav kis tau ntshauv los ntawm ntau qhov chaw. Ntau zaum ntawm qhov kis tau ntshauv yog taubhau thiab taubhau los mus sib ze uake. Kev uasi, pw uake, mus yhos thiab koom kausmom, zuag ntsis plaubhau, khawm plaubhau thiab koom phuum puav leeg yog kev uas kis tau ntshauv. Ntshauv yuav kis tsis tau hauv tsev kawm ntawv los yog kev sib koom siv lub mloog pobntseg thiab kaus mom hlau.

YUAV TUA NTSHAUV LI CAS?

Kev zawv plaubhau xwb yuav tua tsis tau ntshauv los yog cov qe ntshauv. Kev tua ntshauv yuav tsum siv cov tshuaj zawv plaubhau uas tshwjkeeb yog los tua ntshauv xwb, zaws qe ntshauv, tu qhov chaw uas nyob pw thiab soj ntsuam kom zoo. Yuav tsum kuaj saib xyuas tagnrho tsevneeg thiab txhua tus neeg uas tau nyob nti yus lub taubhau. Siv cov tshuaj tua ntshauv rau cov tibneeg uas muaj ntshauv ciaj los yog muaj qe ntshauv nyob ze rau ntawm daim tawv taubhau xwb. Kev tua ntshauv tsis yog yuav ua kom txhob muaj ntshauv tiamsis tsuas yog tua cov ntshauv ciaj xwb. Nws yog ib qho tseemceeb heev li uas yuav tsum tau ua raws li daim ntawv qhia kom ua. Ib qho ntxiv uas tseemceeb heev thiab hais tias kev tua ntshauv siv cov tshauj tua ntshauv yuav tua tsis tau cov qe ntshauv. Yuav tsum tau ntsis cov qe ntshauv tawm ua ntej daug. Thov hu xovtooj rau koj tus kwv khomob ua ntej siv tshuaj tua ntshauv rau cov menyuam 2 xyoo rov qab hauv.

Cov kevcai kaujruam qhia siv:

- 1) Kuaj saib koj tus menyuam lub taubhau tsis tu ncuu..
- 2) Yog pom ntshauv ciaj los yog qe ntshauv nyob ze li uas $\frac{1}{4}$ yas tes ntawm tawv taubhau siv cov tshuaj zawv plaubhau tua ntshauv los zawv.
- 3) Zaws cov qe ntshauv tawm ntawm koj tus menyuam cov plaubhau.
- 4) Tu tej vajtsev raws li qhia.
- 5) Rov qab siv cov tshuaj zawv plaubhau tua ntshauv dua li tom qab 7 mus rau 10 hnuv.
- 6) Nco qab ntsoov kuaj saib koj tus menyuam cov plaubhau tsis pub tu ncuu.

Yog koj xav tias koj tus menyuam lub taubhau muaj ntshauv los yog koj muaj lus txog dabtsi thov hu rau koj tus kwv khomob los yog tsev kawm ntaawv tus saib xyuas kev mob nkeeg.