

頭蝨防治衛教單

● 認識頭蝨

1. 頭蝨喜歡溫暖的環境，會躲避光線，爬行速度快，只會爬行，不會飛也不會跳，以吸血為食，約3至6小時吸一次血。
2. 頭蝨離開人體後成蟲至多可存活3天，蟲卵則可存活10天。
3. 頭蝨常寄生在人體頭、頸的毛髮中，常在頭皮、髮根、耳後、頸背的毛髮可觀察到頭蝨的蟲卵。
4. 對頭蝨的唾液產生過敏反應，所以會有發癢的感覺。初次感染後約需4到6週才會產生過敏反應，此段期間即為潛伏期。

● 頭蝨傳染方式

1. 人與人接觸時透過頭對頭或頭髮對頭髮的接觸傳播。
2. 間接使用患者用過的梳子、衣物、帽子、毛巾、有絨毛的玩偶也可能被傳染。
3. 躺在患者睡過的枕頭、床鋪也有感染頭蝨的風險。頭對頭的接觸傳染常發生在學校或家中，經由團體活動及玩遊戲時傳染。

● 頭蝨感染症狀

常見的症狀為頭皮發癢，有時會造成過敏、睡不安穩、失眠、抓傷頭皮等情形，也可能因抓傷引起疼痛，甚至導致細菌感染。

● 頭蝨預防方法

1. 保持良好的個人衛生習慣，常洗頭、頭髮不留過長、不與他人共用梳洗用具、枕巾、衣物、帽等，並勤換洗及曝曬。
2. 不要躺在患者的床、沙發、枕頭或地毯上。
3. 進行團體活動時，避免頭對頭或頭髮對頭髮的接觸。
4. 定期檢查頭髮，若感染頭蝨，患者及接觸者均應接受檢查及治療。

● 頭蝨治療與就醫

1. 遵循醫囑使用衛生福利部核可去除頭蝨專用之藥物清洗頭髮，並遵守藥物標示的使用方法及注意事項。不可使用市售之環境衛生用殺蟲劑來消除頭蝨。避免使用淋浴，以免身體其他部位接觸物。
2. 治療後8至12小時使用密梳（最好選用每公分有12齒，齒與齒間小於0.3 mm）梳頭，以除去頭髮上的頭蝨或蟲卵。若治療8至12小時後頭蝨仍十分活躍，必須尋求醫師的協助。
3. 治療後每隔2至3天檢查一次頭髮，應持續2到3週，確保頭蝨及蟲卵已完全去除。首次治療後7至10天，若仍發現有頭蝨寄生必須再次投藥。
4. 在治療開始前2天內，患者及接觸者所使用之衣物、床巾等需以熱水（約55至60°C）燙洗至少30分鐘，並高溫乾燥；不能洗的衣物和棉被，可以乾洗或密封於塑膠袋內至少兩週。耳機、安全帽、梳子等物品，經清洗後可用滅蟲藥劑處理，梳子也可用熱肥皂水浸洗10分鐘。
5. 家中如果有人感染頭蝨，全家人都應接受檢查，有感染的人必須同時進行治療。

■建議：為減少感染機會，建議感染者的寢具應更換！

■如有醫療需求可洽八里衛生所或各級醫療單位。

八里國小 學務處 健康中心關心您