

شپش ها (**Lice**) حشرات انگلی هستند که روی سر و بدن افراد از جمله ناحیه شرمگاهی یافت می شوند. شپش با تغذیه از خون انسان زنده می ماند. شپش هایی که در هر ناحیه از بدن یافت می شوند با یکدیگر متفاوت هستند. سه نوع شپش که روی بدن انسان زندگی می کنند عبارتند از

- Pediculus humanus capitis (شپش سر)
- Pediculus humanus corporis (شپش بدن، شپش لباس)
- Pthirus pubis (شپش تناسلی)

آلودگی به شپش بیشتر از طریق تماس نزدیک فرد به فرد منتشر می شود. سگ، گربه و سایر حیوانات خانگی نقشی در انتقال شپش انسان ندارند. حرکت شپش با خزیدن است؛ آنها نمی توانند بپرند یا پرواز کنند.

این مقاله که بطور کامل به انواع شپش ها و راه های درمان آن می پردازد، در دقیقترین آزمایشگاه شمال تهران تهیه شده است.

شپش سر:

شپش سر بالغ تقریباً ۲ تا ۳ میلی متر طول دارد. شپش سر و گردن را آلوده می کند و تخم های خود را به پایه ساقه مو می چسباند.

آلودگی به شپش سر، یا پدیکولوزیس، بیشتر از طریق تماس نزدیک فرد به فرد منتقل می شود. سگ، گربه و سایر حیوانات خانگی نقشی در انتقال شپش انسان ندارند.

شپش بدن و لباس:

طول شپش بدن بالغ ۲,۳ تا ۳,۶ میلی متر است. شپش های روی لباس تخم می گذارند و فقط برای تغذیه به سمت پوست حرکت می کنند.

شپش بدن باعث گسترش بیماری می شود.

آلودگی به شپش بدن (پدیکولوزیس) بیشتر از طریق تماس نزدیک فرد به فرد منتشر می شود، اما عموماً محدود به افرادی است که در شرایط شلوغی و بهداشت ضعیف زندگی می کنند (به عنوان مثال، بی خانمان ها، پناهندگان و غیره). سگ، گربه و سایر حیوانات خانگی نقشی در انتقال شپش انسان ندارند.

بهبود بهداشت و دسترسی به تعویض منظم لباس های تمیز تنها درمان مورد نیاز برای آلودگی به شپش بدن است.

شپش شرمگاهی یا شپش تناسلی:

طول شپش تناسلی بالغ ۱,۱ تا ۱,۸ میلی متر است. شپش ناحیه تناسلی معمولاً به موهای ناحیه شرمگاهی متصل است، اما گاهی اوقات روی موهای زبر در نقاط دیگر بدن (به عنوان مثال، ابرو، مژه، ریش، سبیل، سینه، زیر بغل و غیره) دیده می شود.

آلودگی به شپش ناحیه تناسلی (پتريازيس) معمولاً از طريق تماس جنسی منتقل می شود.

علائم وجود شپش چیست؟

علائم و نشانه های شایع شپش عبارتند از:

- خارش شدید در پوست سر، بدن یا در ناحیه تناسلی.
- احساس غلغلک در اثر حرکت مو.
- وجود شپش روی پوست سر، بدن، لباس، یا موهای ناحیه تناسلی یا سایر موهای بدن. شپش بالغ ممکن است به اندازه یک دانه کنجد یا کمی بزرگتر باشد.
- تخم شپش (شپش) روی ساقه مو. مشاهدات ممکن است سخت باشد زیرا بسیار ریز هستند. آنها به راحتی در اطراف گوش و پشت گردن دیده می شوند. تخم ها را می توان با شوره سر اشتباه گرفت، اما برخلاف شوره سر، نمی توان آن ها را به راحتی از روی موها پاک کرد.
- زخم روی پوست سر، گردن و شانه ها. خاراندن می تواند منجر به برآمدگی های کوچک قرمز رنگ شود که گاهی اوقات می تواند با باکتری عفونی شود.
- آثار گزش به خصوص در اطراف کمر، کشاله ران، بالای ران و ناحیه شرمگاهی.

چگونه می توانم کودکان را برای شپش سر بررسی کرد؟

پیدا کردن تخم شپش یا شپش بالغ ممکن است سخت باشد. معمولاً تعدادشان زیاد نیست و سریع حرکت می کنند. به دنبال گره های چسبیده به موهای نزدیک پوست سر باشید. آنها می توانند شبیه شوره سر یا خاک باشند. برای اینکه آنها را از هم جدا کنید، با انگشتان خود لکه کوچک را بکشید - شوره و کثیفی را می توان از بین برد، اما تخم ها گیر می کنند. یک ذره بین و یک نور روشن می تواند به شما کمک کند.

بهترین راه برای بررسی، استفاده از شانه دندان ظریف روی موهای خیس است. پس از استفاده زیاد از نرم کننده، موها را در قسمت های بسیار کوچک شانه کنید و به دنبال شپش یا تخم شپش روی شانه باشید. می توانید شانه را روی دستمال کاغذی یا دستمال کاغذی پاک کنید تا راحت تر آنها را ببینید.

اگر کودک خارش دارد و سر خود را می خراشد اما مطمئن نیستید که شپش است یا خیر، از پزشک بخواهید تا بررسی کند.

شپش سر چگونه درمان می شود؟

دو راه اصلی برای درمان شپش عبارتند از:

- دارو
- با دست برداشتن

دارو: شامپوهای دارویی، شوینده های کرم و لوسیون هایی در دسترس هستند که شپش را از بین می برند. اینها ممکن است داروهای بدون نسخه (OTC) یا داروهای تجویزی باشند. هنگام استفاده از داروهای بدون نسخه باید مطمئن شد که برای سن کودک ایمن است. در حالی که برخی از شامپوهای بدون نسخه برای کودکان ۲ ماهه بی خطر هستند، برخی دیگر فقط برای کودکان ۲ سال و بالاتر بی خطر هستند.

در برخی مناطق، شپش نسبت به برخی داروها مقاومت نشان داده است. این بدان معنی است که آن داروها دیگر برای کشتن شپش کار نمی کنند. از پزشک یا داروساز بخواهید تا دارویی که در منطقه زندگی شما موثر است را توصیه کند. پزشک همچنین می تواند شامپو یا لوسیون دارویی تجویز کند. برای شپش های بسیار مقاوم، پزشک ممکن است مصرف دارو را از طریق دهان نیز توصیه کند.

همیشه دستورالعمل ها را به دقت دنبال کنید. استفاده بیش از حد می تواند مضر باشد. داروی خیلی کم نیز ممکن است اثر بخشی مناسبی نداشته باشد.

از بین بردن شپش با دست: اگر دارو به طور کامل شما را از شر شپش خلاص نکرده باشد، از بین بردن شپش و تخم شپش با دست می تواند کار را تمام کند (هیچ دارویی ۱۰۰٪ موثر نیست). همچنین یک گزینه برای افرادی است که نمی خواهند از داروهای حشره کش استفاده کنند. و تنها گزینه برای کودکان ۲ ماهه یا کمتر است که نباید از درمان شپش دارویی استفاده کنند.

برای انجام این کار، هر ۳ تا ۴ روز یک بار به مدت ۳ هفته پس از مشاهده آخرین شپش زنده، از یک شانه دندان‌ظریف روی موهای مرطوب و نرم شده استفاده کنید. خیس کردن مو به طور موقت حرکت شپش را متوقف می‌کند و نرم کننده باعث می‌شود که شانه از بین موها راحت تر شود.

نیازی به خرید شانه‌های الکترونیکی که ادعا می‌کنند شپش را می‌کشند یا جدا کردن آن را آسان تر می‌کنند، نیست. هیچ مطالعه‌ای برای تایید این ادعاها انجام نشده است.

اگرچه گاهی اوقات از وازلین، سس مایونز یا روغن زیتون برای خفه کردن شپش استفاده می‌شود، اما این درمان‌ها ممکن است کارساز نباشند. اگر دارو جواب نداد و می‌خواهید این روش‌ها را امتحان کنید، ابتدا با پزشک خود صحبت کنید.

چند کار مهم که نباید انجام دهید: بعد از استفاده از درمان‌های پوست سر از سشوار استفاده نکنید. برخی از درمان‌های شپش از مواد قابل اشتعال استفاده می‌کنند و می‌توانند آتش بگیرند. از اسپری‌های آفت‌کش استفاده نکنید تا از شر شپش خلاص شوید. اینها می‌توانند مضر باشند از روغن‌های ضروری (مانند روغن یلانگ یا روغن درخت چای) برای درمان شپش روی پوست سر استفاده نکنید. آنها می‌توانند واکنش‌های آلرژیک پوستی ایجاد کنند. هرگز از مواد شیمیایی بسیار قابل اشتعال مانند بنزین یا نفت سفید برای کسی استفاده نکنید.

آیا شپش سر مسری است؟

شپش سر به سرعت از فردی به فرد دیگر پخش می‌شود، به ویژه در محیط‌های گروهی مانند مدارس، مراکز نگهداری از کودکان، مهمانی‌ها، فعالیت‌های ورزشی و اردوها.

شپش‌ها نمی‌توانند پرواز کنند یا بپرند، اما پنجه‌هایی دارند که به آنها اجازه می‌دهد بخزند و به مو بچسبند. آنها از طریق تماس سر به سر، و به اشتراک گذاشتن لباس، ملحفه، شانه، برس، و کلاه پخش می‌شوند.

حیوانات خانگی نمی‌توانند شپش سر را بگیرند و به مردم منتقل کنند یا برعکس.

آیا بچه‌های مبتلا به شپش باید از حضور در مدرسه منع شوند و در خانه بمانند؟

در گذشته، بچه‌های مبتلا به شپش سر را در خانه نگه می‌داشتند. اما اکنون پزشکان این اقدامات را توصیه نمی‌کنند. در بیشتر موارد کودکی که شپش دارد باید تا پایان روز در مدرسه بماند و به خانه برود و تحت درمان

قرار گیرد و روز بعد به مدرسه برگردد. وقتی بچه ها در مدرسه هستند، باید از تماس سر به سر با بچه های دیگر اجتناب کنند.

آیا می توان از شپش سر جلوگیری کرد؟

برای خلاص شدن از شر شپش سر و تخم های آنها و کمک به جلوگیری از بازگشت آنها توجه به توصیه های زیر ضروری است:

تمام ملحفه های تخت، عروسک ها و لباس های استفاده شده در طول ۲ روز قبل از درمان را بشویید (هر شپشی که قبل از آن افتاده زنده نخواهد بود). بهتر است لباسها در آب بسیار داغ (۱۳۰ درجه فارنهایت [۵۴,۴ درجه سانتیگراد]) شسته شوند، سپس آنها را حداقل به مدت ۲۰ دقیقه در چرخه گرم خشک کن لباسشویی قرار دهید.

وسایلی که قابل شستشو نیستند را خشک کنید. یا آنها را به مدت ۲ هفته در کیسه های دربسته قرار دهید. فرش ها و هر گونه اثاثیه روکش شده (در منزل یا ماشین خود) را جاروبرقی بکشید و کیسه جاروبرقی را دور بیندازید.

وسایل مراقبت از مو مانند شانه، بند، کش مو، هدبند و برس را در آب داغ خیس کنید یا دور بیندازید. به بچه ها بگویید این موارد را به اشتراک نگذارند.

از آنجایی که شپش در یک خانه به راحتی از فردی به فرد دیگر منتقل می شود، همه اعضای خانواده را بررسی کنید. همه کسانی که شپش دارند درمان کنید تا آن را به این طرف و آن طرف نبرند.

به بچه ها بگویید سعی کنند از تماس سر به سر در مدرسه (در باشگاه، زمین بازی یا در حین ورزش) و هنگام بازی در خانه با سایر کودکان خودداری کنند.

هر ۳ یا ۴ روز یکبار افرادی را که با فردی که شپش دارد در تماس نزدیک بودند بررسی کنید. سپس، افرادی که مبتلا شده اند را درمان کنید.

منابع:

<https://www.cdc.gov>

[/https://kidshealth.org](https://kidshealth.org)

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/lice/symptoms-causes/syc-20374399>

https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%B4%D9%BE%D8%B4_%D8%A8%D8%AF%D9%

86

