

شپش سر

سه نوع آلودگی با شپش در انسان وجود دارد:

- شپش سر
- شپش بدن
- شپش ناحیه ی تناسلی

شپش سر معمولا در ارتباطات عادی از فردی به فرد دیگر منتقل می شود. با اینکه شپش سر می تواند در فرد ایجاد ناراحتی نماید، درمان های مؤثری برای آن وجود دارد. این که شپش سر سریعاً تشخیص داده شده و به سرعت درمان شود، در جلوگیری از انتشار آن اهمیت ویژه ای دارد.

شپش سر یک حشره ی طوسی- سفید رنگ است. شپش سر ماده معمولا برای ۱ ماه زنده می ماند و روزانه ۷ تا ۱۰ تخم می گذارد (که به آنها رشک گفته می شود). تخم ها به قاعده ی موها و در نزدیکی پوست سر می چسبند. تخم ها بعد از حدود ۸ روز باز می شوند.

پس از باز شدن تخم ها، پوسته ی آنها راحت تر قابل مشاهده است. چون تخم ها محکم به موها چسبیده اند، با رشد موها تخم ها نیز از پوست سر فاصله می گیرند. شپش سر نه می تواند بپرد و نه پرواز کند. در نتیجه امکان انتقال فرد به فرد آن از راه حیوانات خانگی وجود ندارد.

به نظر می رسد تماس مستقیم با موهای فرد آلوده به شپش (تماس مو به مو) شایع ترین راه انتشار شپش سر است. مشخص نیست تماس با اشیائی که فرد آلوده به شپش با آنها تماس داشته است، مثل ملحفه، لباس ها، شانه یا برس، تا چه حد می تواند در انتشار آلودگی مؤثر باشد.

شپش سر معمولا کودکان را آلوده می کند. در مطالعه ای در ایالات متحده امریکا مشخص شد تقریباً از هر ۴ کودک دبستانی، ۱ نفر مبتلا به شپش سر بود. کودکان سیاهپوست کمتر از سفیدپوستان و پسران کمتر از دختران به شپش آلوده می شوند و علت آن نامشخص است.

علائم آلودگی با شپش سر:

بیشتر افراد هیچ علامتی ندارند؛ برخی افراد احساس خارش و یا تحریک در پوست سر، گردن و گوش ها دارند. علت این خارش و تحریک واکنش پوستی به بزاق شپش است که حین تغذیه ی شپش از خون پوست سر، بزاق آن وارد پوست می شود.

تشخیص شپش سر:

تشخیص شپش بالینی و براساس معاینه ی پوست سر و موها می باشد. استفاده از شانه های مخصوص برای جدا کردن تخم ها نیز جهت تشخیص کمک کننده است.

پیش از استفاده از شانه های دندان ریز، جهت بازکردن گره ی موها باید از شانه ی معمولی استفاده کنیم. مهم نیست موها خشک باشند یا خیس؛ اما اگر موها خیس هستند، با استفاده از نرم کننده ی مو، شانه زدن را سهولت می بخشیم.

شانه ی مخصوص را در بالاترین نقطه ی مو و در تماس با پوست سر قرار می دهیم. شانه را از ریشه ی مو به سمت پایین می کشیم. پس از هر بار که به انتهای موها می رسیم، با دقت شانه را از جهت شپش یا تخم های آن بررسی می کنیم.

تمام موها را حداقل دوبار به طور کامل شانه می زنیم.

پیدا کردن تخم شپش در موها، لزوماً به معنای آلودگی فعال با شپش نیست؛ بلکه ممکن است تا چندین هفته پس از درمان شپش، تخم های آن لابه لای موها مشاهده شود. به دلیل آنکه شپش تخم های خود را در قاعده ی موها می گذارد، مشاهده ی تخم ها در حدود ۶ میلیمتری از پوست سر، به نفع آلودگی فعال با شپش است. (اما بازهم قطعی نیست.)

مشاهده ی خود شپش خیلی سخت تر از مشاهده ی تخم های آن است؛ زیرا می تواند حرکت کرده و از دید مخفی شود. معاینه ی موها زیر نور مخصوص کمک می کند تا تخم ها درخشان و متمایل به آبی شوند و بهتر مشخص باشند. اگر شک دارید که کودک شما آلوده به شپش است یا خیر، کودک حتماً باید قبل از شروع درمان توسط پزشک معاینه شود.

با اینکه آگاهی از آلودگی به شپش باعث ناراحتی کودک و والدین او می شود، لازم است بدانیم که:

- شپش سر هیچ ربطی به کثیفی و بیماری ندارد.
- می توان با درمان مناسب، شپش را از بین برد.
- شپش سر، هیچ عارضه ی بلند مدتی نداشته و مشکلی برای سلامتی ایجاد نمی کند.

درمان شپش سر:

روش های مختلفی برای رهایی از شپش سر وجود دارد که شامل کرم ها و مایعات دارویی، شانه زدن و داروهای خوراکی (قرص ها) می باشد. پیروی دقیق از دستورات دارویی برای اطمینان از کارآمدی دارو اهمیت ویژه ای دارد.

اگر اطمینان دارید کودک شما به شپش سر آلوده است و کودک بیش از ۲ سال سن دارد، می توانید از داروهای بدون نسخه ی شپش کش برای از بین بردن شپش استفاده کنید. هم زمان تمام افراد خانواده را معاینه کرده و اگر لازم است تحت درمان قرار دهید.

اگر کودک شما کمتر از ۲ سال سن دارد، حتما توسط پزشک معاینه شود.

داروهای از بین برنده ی شپش:

یک داروی شپش کش موضعی، ماده ای است که معمولا به شکل لوسیون یا ژل است و برای از بین بردن شپش به پوست سر و موها مالیده می شود؛ شامل:

- پرمترین
- پیرترین
- مالاتیون
- بنزیل الکل
- اسپینوساید
- ایورمکتین موضعی

به دقت دستورالعمل های داخل بروشور را مطالعه کرده و اجرا نمایید. بیشتر این داروهای شپش کش بعد از ۱۰ دقیقه باید از روی موها شسته شوند.

اما داروی مالاتیون باید برای ۸ تا ۱۲ ساعت و یا در طول شب، روی موها باقی بماند. مالاتیون بوی بدی دارد و تحمل بوی آن برای بعضی افراد غیر ممکن است. مالاتیون هم چنین آتش زا بوده و نباید از آن در نزدیکی آتش و یا بخاری های برقی استفاده کرد. (هم چنین در نزدیکی سیگار روشن، فرکننده های مو و یا سشوار) در موارد استفاده از پرمترین، پیرترین، و بنزویل الکل، ۷ تا ۹ روز بعد از درمان اول، تکرار درمان لازم است. زیرا ممکن است برخی از شپش ها از درمان اول جان سالم به در ببرند.

استفاده از مالاتیون معمولا برای ۱ بار کافی است؛ اما چنانچه ۷ تا ۹ روز بعد از درمان با مالاتیون نیز شاهد شپش های زنده بودیم، باید درمان با مالاتیون را تکرار کنیم.

درمان با اسپینوساید نیز در صورت مشاهده ی شپش های زنده بعد از ۷ روز باید تکرار شود.

ایورمکتین موضعی به عنوان درمان تک دوز استفاده می شود و درمان مجدد با آن فقط تحت دستور پزشک امکان پذیر است.

شانه کردن موهای خیس:

جدا کردن شپش از موها با شانه زدن دقیق و مکرر قابل انجام است. شانه زدن گزینه ی مناسبی جهت کودکان و در افرادی ست که امکان استفاده از شپش کش ها را ندارند. البته این کار بسیار زمان بر بوده و باید چندین بار به صورت مکرر و طی چند هفته انجام شود.

موها را خیس کرده و به یک لوبریکانت مثل نرم کننده، ماسک مو، سرکه یا روغن زیتون آغشته نمایید، سپس همان طور که بالاتر گفته شد، شانه نمایید. هر بار شانه کردن موها باید ۱۵ تا ۳۰ دقیقه به طول بیانجامد، که این زمان بستگی به طول و ضخامت موها دارد.

هر ۳ تا ۴ روز شانه زدن موها باید تکرار شود و تا ۲ هفته بعد از مشاهده ی حتی یک شپش بالغ ادامه یابد.

داروهای خوراکی:

دارویی خوراکی به نام ایورمکتین ممکن است در موارد مقاوم به درمان های موضعی ضد شپش تجویز گردد.

سایر درمان ها:

مطالعات انجام شده بر روی لوسیون ها و سایر مواد (روغن زیتون، کره، سس مایونز، وازلین) که به سر مالیده می شوند و همان جا باقی می مانند تا خشک شوند، با این هدف که شپش را خفه کنند، نشان داده اند شپش ها به سختی خفه می شوند و این روش ها آنچنان مؤثر نیستند؛ از طرفی شانه کردن موهای خیس هم همین اثر را داشته و آلودگی کمتری دارد!

استفاده از گازوئیل و نفت نیز سمی بوده و می تواند منجر به آسیب جدی گردد؛ پس مطلقا نباید استفاده شود.

از آنجا که هیچ شاهدهی برای مؤثر بودن درمان های غیردارویی وجود ندارد، هیچ یک از این روش ها توصیه نمی گردد.

پیشگیری از انتشار شپش سر:

- افرادی که با فرد آلوده به شپش در یک محل زندگی می کنند، همگی باید توسط پزشک یا فردی مجرب معاینه شده و در صورت لزوم تحت درمان قرار گیرند.
- هر فردی که در رختخواب مشترک با فرد آلوده به شپش می خوابد، باید درمان شود؛ حتی اگر هیچ شپش یا تخمی در معاینه ی او دیده نشود.

- معمولا دانش آموزان آلوده به شپش، نیازی به قرنطینه ندارند و می توانند ضمن رعایت نکات ایمنی در مدرسه حضور یابند.
- کلیه ی لباس ها، ملحفه و حوله هایی که تا ۴۸ ساعت قبل از شروع درمان استفاده شده اند باید با آب داغ شسته شوند و در خشک کن برقی با حرارت بالا خشک شوند. خشک شویی نیز مؤثر است.
- برای تمیز کردن اثاث منزل، فرش و صندلی اتومبیل می توان از جاروبرقی استفاده کرد.
- وسایل و لوازمی را که نمی توان شست یا با جاروبرقی تمیز کرد، می توان برای ۲ هفته در کیسه پلاستیک دربسته ای نگه داشت.
- وسایلی که فرد آلوده بیش از ۴۸ ساعت قبل از شروع درمان از آنها استفاده نموده است، معمولا آلوده نیستند، زیرا شپش نمی تواند بیش از ۴۸ ساعت جدا از بدن انسان زنده بماند.
- نیازی به سم پاشی منزل برای از بین بردن شپش نیست.

مترجم:

دکتر زهرا عندلیب

Reference address:

<https://www.uptodate.com>

آخرین به روزرسانی: ۱۸ سپتامبر ۲۰۱۹