شپش سر” Pediculus”،

شپش سرچیست وراه مقابله با آن کدام است ؟

**مقدمه:**

اگر چه بهبود وضعيت بهداشتي، اقتصادي و اجتماعي تاثير بسزايي در كاهش آلودگي به شپش داشته است، اما همچنان اين انگل گستردگي جهاني دارد، به طوري‌كه در دهه گذشته در ايالات متحده آمريكا هر سال 6 ميليون مورد ابتلا به شپش گزارش مي‌شود.

شپش مختص جامعه يا طبقه اجتماعي خاصي نبوده و تمام افراد جامعه را مخصوصا در فصول سرد سال ممكن است درگير كند. شيوع اين بيماري در كودكان بسيار بيشتر است و در جنس مونث شايع‌تر از جنس مذكر است.

ابتلا به شپش سر در تمام جوامع دیده میشود و برای مثال در بچه های مدارس ابتدایی کانادا در هر زمان حدود 2% ابتلا به شپش سر وجود دارد به عبارتی دیگر ابتلا به شپش سر ارتباطی با وضعیت اقتصادی نداشته در تمام طبقات اجتماع ممکن است رخ دهد و حتی در مومیایی های مصر باستان هم رشک های مرده دیده شده است

اين حشره، به دنبال تماس‌هاي نزديك بين فردي يا هنگامي كه افراد خانواده در فصول سرد براي تامين گرما لباس‌هاي بيشتري مي‌پوشند و به صورت دسته جمعي زندگي مي‌كنند، از شخصي به شخص ديگر انتقال مي‌يابد.

**معرفی شپش:**

شپش حشره كوچكي به رنگ سفيد مايل به خاكستري است كه داراي دهاني مخصوص مكيدن خون، دو شاخك و سه جفت پاي كوتاه است.

شپش يك انگل خارجي بدن انسان محسوب مي‌شود. مي‌تواند سر، بدن و عانه را آلوده كند. تخم شپش «رشك» نام دارد و بيضي شكل و سفيدرنگ و به اندازه ته سنجاق است و به مو و درز لباس‌ها مي‌چسبد.

شپش در مو و لباس زندگي مي‌كند و فقط به خاطر تغذيه روي سطح بدن مي‌آيد و خودش را به پوست بدن مي‌چسباند و پوست را سوراخ كرده و بزاق خود را در زير پوست تزريق نموده و با مكيدن خون، مواد زائدي را نيز از خود دفع مي‌كند. همين تلقيح مواد زائد و بزاق به زير پوست منجر به ايجاد برآمدگي قرمز رنگ خارش‌داري مي‌گردد.

از نظر شدت و شيوع آلودگي به انواع شپش، عواملي چون سن، جنس، نژاد، وضعيت اقتصادي و اجتماعي موثر شناخته شده‌اند. آلودگي در تمام گروه‌هاي سني ديده مي‌شود ولي شپش سر در كودكان (سنين مدارس ابتدايي) شيوع بيشتري دارد.

نكته اينجاست كه اگر چه به طور معمول شپش در جوامع فقير و متراكم شايع‌تر است، ولي در شرايط همه‌گيري كليه طبقات اجتماعي و اقتصادي جامعه را فرا مي‌گيرد و حتي در جوامع چندنژادي مشاهده شده كه شپش سر در سفيدپوستان شايع‌تر از سياه‌پوستان است.

**شپش سر چیست؟**

شپش سر عفونتی انگلی است كه توسط انگلی به نام پدیكولوس هومانوس كاپیتیس (PEDICULUS HUMANUS CAPITIS) ایجاد می شود. شپش سر يك بيمارى انگلى است كه در سراسر دنيا حتى در كشورهاى توسعه يافته نيز به وفور مشاهده مى شود. شيوع بيمارى به وضعيت اجتماعى و اقتصادى خاصى محدود نشده و در تمام سطوح جامعه يافت مى شود. على رغم شيوع بيمارى در جامعه آمار دقيقى از ميزان آن دركشور وجود ندارد.دختران بيش از پسران مبتلا مى شوند و بچه ها در سنين مدرسه بيشتر از بزرگسالان در معرض ابتلا هستند.

طول عمر اين مزاحم‌هاى كوچك كمتر از 30 روز است. اما هر شپش ماده‌ بين 50 تا 150 عدد تخم به جا مي‌گذارد كه هر كدام از اين تخم‌ها در يك كپسول بسيار چسبناك قرار گرفته‌اند. اين كپسول از فاصله تقريبا 5 ميليمترى ريشه مو به مو مي‌چسبد و به راحتى جدا نمي‌شود.

**عامل بيمارى شپش سر چيست؟**

عامل مولد بيمارى يكى از انواع شپش است كه به طور اختصاصى موهاى سر را درگير مى كند. شپش بالغ با حركت روى سر روزانه ۴ تا ۶ تخم روى موها قرار مى دهدكه به وسيله يك اتصال محكم به موها متصل مى گردند كه به نام رشك (Nit) ناميده مى شوند كه به رنگ سفيد و چسبيده به ساقه مو مشاهده مى شود.

شپش سر حشره ای بدون بال است که در سر انسان زندگی کرده ، از آن تغذیه می کند.

شپش سر تقریبا هر چهار ساعت از خون تغذیه می کند.

دارای شش پا است که طوری طراحی شده اند که قادر به چنگ زدن به مو باشد ولی توانایی پریدن ندارد. شکستن هر پا (با شانه زدن ) باعث مرگ شپش خواهد شد.

اندازه آن حدود یک تا دو میلی متر است ، به عبارتی دیگر ریز، اما قابل مشاهده است .

شپش ماده بالغ طی عمر حدودا یک ماهه خود ، روزانه 4 تا 6 تخم می گذارد. این تخم ها به مو در نزدیکی پوست سر که دما و رطوبت مناسب را داراست می چسبند و پس از 7 روز ، شپش ها از تخم سر بیرون می آورند و طی 3 بار پوسته ریزی به شپش بالغ تبدیل می شوند.

**علائم شپش سر**

اولین علائم بالینی در سر، موقعی اتفاق می افتد كه شپش شروع به حركت می كند كه معمولاً از حاشیه دو طرف سر شروع می شود و بعد به طرف مركز سر گسترش می یابد. در این هنگام بیمار احساس خارش در سر می كند. به تدریج خارش سر افزایش یافته و در سر خراشیدگی با ناخن پیش می آید. گاهی در موارد پیشرفته غدد لنفاوی اطراف سر در ناحیه گردن برجسته می شود.

شپش سر انگلی است که روی پوست سر و موی انسان زندگی می کند و از خون و لایه های سطحی پوست تغذیه می نماید. شپش سر با شپش بدن تفاوت دارد و فقط در ناحیه سر دیده می شود.شپش 2 تا 4 میلیمتر طول دارد و به ندرت در حین معاینه با چشم دیده می شود .

اغلب آنچه که در بیمار مبتلا مشخص است تخم شپش (Nit) می باشد که به شکل بیضی شفاف تا سفید رنگ و حدود 5/0 میلیمتر به ریشه مو بطور مایل و در یک سمت مو می چسبد و به راحتی کنده نمی شود.

این تخمها به راحتی با شوره و ذرات پوسته سر و همچنین پوسته های سیلندری دور مو که اغلب رسوب تافت و نرم کننده های مو می باشند اشتباه می شود. تخم شپش به یک سمت مو در نزدیکی ریشه مو بطور مایل می چسبد و جدا کردن آن از موی سر با دست غیر ممکن است.

**مراحل زندگی شپش روی سر**

بعد از انتقال انگل شپش از انسان آلوده به انسان سالم، انگل بالغ یكی دو ماه زندگی می كند و انگل ماده در هر روز 4-6 تخم می گذارد كه به ساقه موها می چسبند و شبیه ذرات سفید مانند شوره دیده می شوند. این تخمها به بالغ تبدیل شده و این سیر همچنان ادامه می یابد.

**چگونه به شپش سر مبتلا می شویم؟**

ابتلا به شپش سر در تمام جوامع دیده میشود و برای مثال در بچه های مدارس ابتدایی اروپای غربی در هر زمان حدود 2% ابتلا به شپش سر وجود دارد به عبارتی دیگر ابتلا به شپش سر ارتباطی با وضعیت اقتصادی نداشته در تمام طبقات اجتماع ممکن است رخ دهد و حتی در مومیایی های مصر باستان هم رشک های مرده دیده شده است .

ازدحام جمعیت باعث می شود که شپش بتواند از سری به سری دیگر برود و از آنجایی که تماس نزدیک در بچه ها امری شایع است ، شپش سر بیشتر در این گروه سنی اتفاق می افتد ، هر چند هر کس در هر شرایط آب و هوایی ممکن است مبتلا شود.

طول مو، جنس ، سن و رنک مو تاثیری در انتقال شپش نداشته ، شامپو کردن معمولی باعث از بین رفتن یا پیشگیری از آن نمی شود و شستشو با سرکه هم تاثیری ندارد.

تراشیدن موها اگر چه موثر است اما راه حل مناسبی به شمار نیامده کاملا غیرضروری است .

شپش سر به هر حال از سر فرد دیگری به شما یا خانواده شما منتقل شده و شکستن زنجیره انتقال تنها با درمان موثر و برررسی تمامی موارد تماس میسر می شود.

**انتقال چگونه صورت مى پذيرد؟**

انتقال از يك فرد به فرد ديگر مى تواند از طريق تماس مستقيم يا استفاده از وسائل شخصى ديگران مثل شانه، كلاه، شال، حوله و روسرى صورت گيرد. انتقال در افراد خانواده به سرعت و سهولت رخ مى دهد. ابتلا قبلى به شپش ايمنى ايجاد نمى كند. بنابراين يك فرد ممكن است بيش از يكبار به بيمارى مبتلا گردد.

**چگونه به وجود شپش سر مشکوک شویم ؟**

بزاق و ترشحات شپش سر محرک بوده و باعث خارش قابل توجه می شود اما تقریبا همه افراد با اطلاع یافتن از وجود شپش سر در نزدیکان خود، ناگهان دچار خارش سر میشوند! بنابراین طبیعی است که صرفا وجود خارش کافی نبوده ، لازمست که معاینه و بررسی دقیق تری انجام شود خیلی از اوقات هم، مدرسه یا همسایگان ممکن است شما را از وجود شپش در دانش آموزان مطلع کنند و لازمست که شما خانواده خود را از این نظر بررسی نمایید.

شپش سر اغلب با چسبیدن به قاعده مو خود را از چشمان شما مخفی می کند، ضمن آنکه از نور و گرما هم گریزان بوده ، غالبا دور از تاج سر قرار می گیرد لذا بیشتر مشاهده رشک های چسبیده به سر است که شک به بیماری را بر می انگیزد.

**چگونه مطمئن شویم که رشک را یافته ایم ؟**

آنچه مهم است آن است که رشک را از شوره سر و سایر حالات مشابه افتراق دهیم، شوره سر در واقع پوست مرده است که به راحتی از مو جدا می شود. گاهی اوقات بقایای اسپری های مو هم ممکن است با رشک اشتباه شوند، اما توجه به چند نکته ما در تشخیص رشک کمک می کند: رشک ها همیشه یک شکل و تخم مرغی شکل بوده ، به مو در نزدیکی پوست سر چسبیده اند و عمدتا در گیجگاهها، بالای گوش ها و پشت گردن دیده میشوند و برای جدا کردن آن ها از مو استفاده از ناخن ها ضروری بوده ، به راحتی جدا نمی شوند.

به هر حال برای پیدا کردن تخم شپش می بایست با حوصله تمام از یک گیجگاه به طرف مقابل ، منطقه به منطقه مو را گشت و بهتر است این کار زیر نور مناسب انجام شده و البته استفاده از یک ذره بین هم می تواند کمک کننده باشد. ضمنا این دقت را هم باید معطوف داشت که نزدیکی زیاد سر به فرد مورد معاینه ، می تواند باعث منتقل شدن شپش به سر فرد معاینه کننده شود.

**تشخيص چگونه داده مى شود؟**

شك به بيمارى اولين قدم تشخيص شپش سر است. همانطوريكه پيشتر نيز ذكر شد موارد شپش سر در تمام افراد جامعه حتى در افراد با رعايت بهداشت فردى بالا نيز ممكن است ديده شود. خارش سر بخصوص خارش بدون علت در يك كودك در سنين مدرسه بايد از اين جهت مورد بررسى قرار گيرد. به احتمال كم ممكن است بتوان شپش را از سر جدا كرد و با احتمال بيشتر مى تواند رشك هاى چسبيده به موى سر را يافت. در افراد بخصوص كودكانى كه ضايعات عفونى مثل زرد زخم يا ضايعات شبه اگزمايى در ناحيه سر و پشت گردن به كرات ديده مى شود احتمال وجود شپش را بايد مدنظر داشت.

**علائم ابتلا چيست؟**

وقتى شپش روى سر راه مى رود يا از خون فرد تغذيه مى كند علائم اصلى بيمارى يعنى خارش ايجاد مى شود. معمولاً خارش در ناحيه پشت سر و اطراف گوش ها بوده و يا دراين نقاط از شدت بيشترى برخوردار است.

پس از چند روز تا چند هفته خارش تشديد مى گردد. مى تواند به همراه عفونت هاى سر، چسبيدن موهاى سر به همديگر و بزرگ شدن غدد لنفاوى پشت گردن باشد. اغلب شپش روى سر به راحتى ديده نمى شود مگر در مواردى كه تعدادى زياد از شپش روى سر وجود داشته باشد.

**چگونه می توان از بروز بیماری پیشگیری كرد؟**

با جدا كردن بیماران درمان نشده از افراد سالم و درمان سریع آنها می توان از انتقال بیماری جلوگیری كرد. ( در مكانهایی همچون مدارس و پرورشگاهها و …) با رعایت بهداشت تا حد زیادی می توان مانع ایجاد بیماری شد. زیرا انگل بر اثر مواد شوینده از بین می رود. هر چند تخم انگل خیلی مقاوم است.

**پيشگيرى چگونه انجام مى شود؟**

پيشگيرى معمولاً با ارتقا بهداشت كل جامعه است. درمان زودرس موارد با آگاهى دادن به والدين، آموزگاران و افراد ديگر جامعه مى تواند با كنترل هرچه سريعتر موارد مبتلا به كاهش ابتلا سايرين كمك كننده باشد. و در آخر لازم به ذكر مجدد است كه شپش سر در هر طبقه اجتماعى و اقتصادى مى تواند ديده شود و رعايت دقيق موازين بهداشتى هرچند بسيار مفيد و كمك كننده ولى احتمال ابتلا را منتفى نمى سازد

**عوامل سرایت**

شپش سر از طریق انتقال مستقیم از انسان آلوده به انسان سالم ایجاد می شود، خصوصاً از طریق لوازم شخصی آلوده مثل شانه، كلاه، روسری، ملحفه و غیره به سرعت منتقل می شود.

این بیماری در سنین مدرسه (18-7 سالگی) بسیار شایع تر از سنین دیگراست و در هر دو جنس مذكر و مؤنث دیده می شود. هر چند در دختران به علت موهای بلند و پر حجم، بیشتر دیده می شود. این بیماری اگر به مدت طولانی ادامه یابد ، احتمال گسترش آن به قسمت های دیگر بدن وجود دارد.

**راه درمان**

سابق بر اين تنها راه نجات از دست شپشها، تراشيدن موها از ته بود. اما امروزه شامپوهاى ضد شپش همه جا در دسترس هستند. فرد شپش‌زده بايد يك دوره مشخص از اين نوع شامپوها استفاده كند. اين شامپو‌ها به علت دارا بودن تركيبات شيميايى بخصوص باعث مرگ شپش‌ها مي‌شوند و به مرور زمان با حل كردن كپسول تخم‌ها آنها را از مو جدا مي‌كنند. شامپو‌هاى ضد شپش از شوينده‌هاى قوى به شمار مي‌آيند و تا حدى نيز سمى هستند. اگر زخم‌هاى سر زياد باشد، استفاده از اين نوع شامپو‌ها مي‌تواند توليد عفونت كند. بهتر است قبل از استفاده حتما با پزشك مشورت شود.

اولين نكته اين است كه درمان فرد بيمار در آلودگي به شپش تاثيرگذار نيست. حتي اگر با بهترين روش‌ها نيز درمان شود. چرا كه اگر فردي در مجاورت و تماس نزديك با يك فرد آلوده به شپش قرار داشته باشد، حداكثر تا 2 هفته بعد مجددا آلوده مي‌گردد، پس مهمترين اصل در مبارزه با شپش، انجام درمان دسته‌جمعي و همگاني و رفع آلودگي از كليه لوازم و وسايل مورد استفاده افراد به طور همزمان است.

مهمترين نكته در مهار شپش دانش‌آموزان هم بازديد روزانه موي سر و در صورت لزوم بازديد لباس و بدن آنها توسط معلمان و مربيان مدارس و ارجاع سريع موارد آلوده به واحدهاي بهداشتي درماني براي درمان فرد آلوده به همراه خانواده و اطرافيان وي است. پس از درمان ضدشپش، احتمال انتقال آلودگي از بين مي‌رود و دانش‌آموز مي‌تواند به مدرسه بازگردد.

در اوایل ، كه بیماری هنوز گسترش نیافته است با كوتاه كردن موها، استحمام روزانه و جوشاندن وسایل شخصی می توان آن را از بین برد.

همانگونه که گفته شد شپش ها جزو حشرات محسوب می شوند ، بنابراین برای مقابله با آنها می بایست از یک حشره کش استفاده کرد که به شکل شامپو یا کرم قابل شستشو ساخته شده است .

اغلب بيماران توسط شامپوهاى مخصوص و بندرت داروهاى خوراكى درمان مى شوند. نكته مهم اين است كه بايد تمام افرادى كه ساعات زيادى را در كنار هم سپرى مى كنند مثل اعضا يك خانواده همزمان مورد درمان قرار گيرند. هرچند كه علامتى وجود نداشته باشد وحتى در معاينه توسط پزشك نيز علامتى دال بر ديگرى در ساير افراد خانواده وجود نداشته باشد. بنابراين اگر يك فرد در يك خانواده مبتلاست تمامى اعضا بايد درمان گردند. معمولاً علت شكست درمان بيماران نيز عدم رعايت همين نكته است. برخى موارد درمان نياز به تكرار پس از يك هفته دارند كه ضرورتاً بايد انجام گيرد. روسرى، شانه، برس، كلاه، شال و روبالشى و ملحفه بايددر آب داغ شسته شوند. لوازم بهداشتى فردى بايد در الكل خيسانده شده و يا در حرارت نسبتاً بالا شسته شوند. ضدعفونى و شست و شوى فرش و موكت ومبلمان ضرورتى نداشته و نيازى به ضدعفونى كردن كل خانه وجود ندارد. استفاده از شانه هاى با دندانه ريز جهت برداشتن رشك چسبيده به موها مى تواند كمك كننده باشد ولى تراشيدن موهاى سرتوصيه نمى گردد.

**نکات مهم در مورد دارو درمانی در شپش سر :**

نکته اول و مهمترین نکته این است که این داروها شدیدا سمی است . این داروها به هیچ عنوان خوراکی نیست . دارو را در حمام مصرف کنید و بعد از آلوده شدن دست به دارو هرگز دست را به دهن نگذارید و با دست آلوده چیزی نخورید

شامپوهای ضد شپش بسیار مؤثر هستند.شامپوی Lindane(GBH) که در بزرگسالان بکار می رود برای اطفال و خانمهای حامله توصیه نمی شود.**شامپوی Permethrin 1%** مناسب است .شامپو باید به تمام موها مالیده و ده دقیقه باقی بماند.سپس شسته و یک هفته بعد تکرار شود.این شامپو تخمها را از بین نمیبرد . لذا بعد از آن باید با محلول حاوی نسبت مساوی از سرکه و آب و با شانه ریز موها پاک شوند. شامپوی Hegor Antipoux تخمها را نیز از بین میبرد.تمام افراد خانواده باید با هم درمان شوند. هر چه که با سر بیمار در تماس بوده(شانه، ملحفه و کلاه)باید با آب گرم 55 درجه شسته شوند.وسایلی که در اثر حرارت خراب می شوند باید به مدت 2 هفته در کیسه دربسته باقی بمانند.

**پرمترين‌**

اين‌ دارو به‌ عنوان‌ داروي‌ انتخابي‌درمان‌ شپش‌ توصيه‌ شده‌ است‌ و به‌صورت‌ شامپو، محلول‌ سرشوي‌،پودر، لوسيون‌ و كرم‌ موجود است‌.

**نحوه‌ استفاده‌ شامپو:**

ابتدا موها را مرطوب‌ نموده‌ سپس‌ باشامپو يا سرشوي‌ 1 درصد موها راآغشته‌ نماييد. لازم‌ است‌ ماده‌ مورد نظركاملا به‌ كف‌ سر و ساقه‌ مو ماليده‌ وماساژ داده‌ شود و آن‌ گاه‌ پس‌ از 10دقيقه‌ شسته‌ شود. اين‌ مشتقات‌ باعث‌مسموميت‌ نمي‌شوند و اثر ابقايي‌ برموهاي‌ سر دارد و تا 1 هفته‌ در مو باقي‌مي‌ماند و روي‌ رشك‌ نيز اثر كشندگي‌دارند. گاهي‌ اوقات‌ ضروري‌ است‌ كه‌درمان‌ تكرار شود. در اين‌ مورد نيزلازم‌ است‌ پس‌ از خشك‌ كردن‌ كامل‌موها و با استفاده‌ از روش‌ خيساندن‌ مودر سركه‌ و شانه‌ كردن‌، رشكها را از موجدا كنيد.

**ساير فعاليتهای درمانی :**

– درمان‌ علامتي‌ خارش‌ پديدآمده‌ در هر سه‌ نوع‌ شپش‌ سر، تن‌ وعانه‌ عبارت‌ است‌ از تجويز آنتي ‌هيستامينها ، مانند هيدروكسي‌زين‌، توسط پزشك‌ معالج‌

– در صورت‌ وجود عفونت‌ ثانويه‌باكتريال‌ بايد هر چه‌ سريعتر درمان‌آنتي‌بيوتيك‌ را براي‌ حداقل‌ 10 روزشروع‌ كرد.

– وسايل‌ شخصي‌ و پوششي‌نظير كلاه‌، روسري‌ و امثال‌ اينهابايستي‌ به‌ مدت‌ 30 دقيقه‌ با آب‌جوشانده‌ شوند تا هم‌ شپش‌ و هم‌رشك‌ از بين‌ بروند و سپس‌ خشك‌شوند.

– استفاده‌ مرتب‌ از شانه‌ دندانه‌ريز در تشخيص‌، پيشگيري‌ و درمان‌شپش‌ سر توصيه‌ مي‌شود و به‌ عنوان‌يكي‌ از راههاي‌ تقويت‌ بهداشت‌فردي‌ مورد استفاده‌ مي‌باشد. فاصله‌دندانه‌هاي‌ اين‌ شانه‌ بايد به‌ اندازه‌اي‌باشد كه‌ عملا رشك‌ را از موهاي‌ سرجدا نمايد.

**درمان شپش سر با استفاده از سرکه :**

راه ديگرى نيز براى مبازه با شپش‌هاى سر وجود دارد. دو قاشق غذا خورى سركه را در يك ليتر آب حل كنيد، سپس تمام سر و موها را با اين محلول خيس كنيد. بعد از چند دقيقه با يك شانه دندانه ريز موها را خوب شانه كنيد. محلول آب و سركه كپسول تخم‌ها را سست مي‌كند و شانه دندانه ريز به جدا كردن آنها از موها كمك مي‌كند.

همه لباسها و ملافه‌هايى كه با فرد شپش‌زده در ارتباط بوده‌اند بايد تا حد ممكن با آب داغ شسته شوند. درجه حرارت بالاتر از 51 درجه شپش‌ها را از بين مي‌برد. وسايلى كه قابل شستشو نيستند را مي‌توان به جاى دور انداختن در يك پلاستيك در بسته به مدت دو هفته در يخچال قرار داد.

اگر فرد يا فرزندان وي دچار اين مشكل شده‌است حتما دوستان و اطرافيان را از مشكل خود آگاه كنيد. دليلى براى ترس يا خجالت وجود ندارد. جلوگيرى از گسترش بيمارى از بازگشت آن به سوى فرد هم جلوگيرى مي‌كند.

اما بهترين راه بيشگيرى از شپش‌زدگى، استفاده از وسايل شخصى است. وسايلتان را به كسى قرض ندهيد از كسى هم قرض نگيريد.

**در درمان شپش سر دو نکته مهم را باید همواره به خاطر داشت:**

1- دو بار درمان به فاصله 7 تا 10 روز لازمست ، چرا که اگر چه با درمان نخست ، شپش های سر و اکثر تخم های آن از بین می روند ، اما از آنجایی که امکان سر برون آوردن آنها تا 7 روز بعد از تخم ها وجود دارد ، لذا بهتر است به فاصله 7 تا 10 روز ، درمان مجدد انجام شود تا پیش از آنکه این شپش های جدید بالغ شده و توانایی حرکت پیدا کنند ، از بین بروند.

2- تمام موارد تماس احتمالی باید درمان شوند، در غیر اینصورت همیشه احتمال ابتلای مجدد وجود خواهد داشت.

البته آنچه در کشور ایران برای این درمان این بیماری استفاده میشود عمدتا شامپو لیندین 1 درصد و شامپو پرمترین 1 درصد است . این فراورده ها برای بیش از 40 سال است که مورد استفاده قرار می گیرند و غالبا غیر از عوارض نادر گذرا ، عارضه دیگری ندارند، اما مهم این است که درست مطابق آنچه توصیه شده است استفاده شده و بیش از حد مصرف نشوند، علاوه براین می بایست تمام موها بخوبی با آنها مرطوب شوند چرا که شپش سر کشته نمی شود مگر آنکه در تماس مستقیم با دارو قرار گیرد. ضمنا مثل استفاده از هر فرآورده دارویی دیگری لازمست که در مورد مصرف در زنان باردار ، مادران شیرده و نوزادان با پزشک مشورت انجام شود.

**به یاد داشته باشید :**

پس از درمان ، برداشتن رشک ها نه برای ادامه درمان و نه برای کنترل بیماری ضرورتی ندارد. در عین حال برای بسیاری این مسئله از نظر ظاهر مهم بوده و یا ممکن است مشکلاتی را در مدرسه ایجاد کند. بنابراین چاره ای نخواهد بود بجز جدا کردن رشک ها با ناخن یا استفاده کردن از شانه های دندانه ریز. به هر حال به عنوان یک قاعده کلی ، اگر در فاصله کمتر از 4 سانتی متری پوست سر ، تخم شپش رویت نشود، بیماری درمان شده تلقی می شود و رشک های موجود روی موها با فاصله بیش از 4 سانتی متر، اهمیتی از نظر انتقال بیماری ندارند.

شپش سر برخلاف شپش تنه ، ناقل هیچ بیماری دیگری نیست و از این بابت نگرانی وجود ندارد.

به خاطر داشته باشید اگر پس از دوبار درمان مجددا به شپش سر مبتلا شدید ، این بدان معنی است که فرد مبتلای درمان نشده ای در نزدیکی شما وجود دارد. بهر حال با ابتلای مجدد، دو دوره درمان مجدد هم لازمست .

**نکات مهمی که لازم است بدانید :**

دخترها بيشتر از پسرها به شپش سر مبتلا مي شوند که علت آن تماس سر به سر بيشتر در اين جنس مي باشد . اين نکته مهم است که هر کسي مي تواند بدون ارتباط با شرايط اجتماعي – اقتصادي خاص يا وضعيت خاص بهداشت فردي اش به شپش مبتلا شود . شپش در آب زنده نمي ماند زيرا از طريق سوراخ هاي کوچکي که در اطراف بدنش بنام اسپيراکل دارد تنفس مي کند بهمين دليل در مناطقي مثل استخر قادر به فعاليت نيست و از طريق شنا و استخر منتقل نمي شود .

اگر کودک شما مبتلا به شپش شد بدانيد که بدترين اتفاق عالم براي او رخ نداده است و مهم ترين نکته آن است که در اين خصوص والدين ترس بخود راه ندهند . البته شپش اگر براي مدتي بدون درمان بماند مي تواند مشکلاتي براي سلامتي فرد و ديگران ايجاد کند . بزرگ ترين مشکل ايجاد حس مشمئز کننده اي است که در دوستان و اطرافيان فرد مبتلا بوجود آمده و به مختل شدن روابط بين فردي مي انجامد .

ابتلا به شپش يکي از بيماريهاي شايع در همه سنين بويژه در سنين مدرسه مي باشد .

شپش علاوه بر ناراحتيهايي که در اثر گزش ايجاد مي کند ،‌ناقل بيماري تيفوس و تب راجعه نيز مي باشد .

بنابراين آگاهي از علائم و نشانه هاي اين بيماري در مدارس ، گامي مثبت در جهت کنترل بيماري محسوب مي شود .

**در چه مواردي موي سر دانش آموز بايد بررسي شود ؟**

۱ – وقتي يک مورد شپش در کلاس کشف شد تمام دانش آموزان همان کلاس بايد بررسي شوند .

۲ – برادران و خواهران و اولياء‌ دانش آموزان مبتلا نيز بايد مورد بررسي قرار گيرند .

۳- موارد جديد بايد فوراً درمان شوند .

۴ – وقتي بيش از سه کلاس يک مدرسه درگير باشند تمام کلاسهاي مدرسه بايد از نظر شپش غربالگري شوند .

۵- چک کردن موي سر بايد زير نور کافي صورت پذيرد .

۶- دانش آموز مبتلا زماني که دوره درمانش تمام شد يا تمام تخم ها از موهايش زدوده شد بايد پذيرفته شود .

۷ – دانش آموز مبتلا بايد بمدت ۱۴ روز مورد بررسي روزانه قرار گيرد .

۸ – اعضاي خانواده بايد تا ۱۰ روز موهايشان از نظر ابتلا به شپش مورد بررسي روزانه قرار گيرد .

**کارشناس مسئول داروئی معاونت بهداشتی گیلان-دکتر حمید قهرمانی**

**پاییز 1401**