

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ارتقای بهداشت فردی دانش آموزان در زمینه پیشگیری و درمان آلودگی به شیش

(ویژه آموزگاران)

تهیه و تدوین:

دکتر محمد اسماعیل مطلق (مدیر کل دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس)
طاهره امینایی (کارشناس اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس)
مرضیه دشتی (کارشناس اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس)
دکتر گلایل اردلان (رئیس اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس)
مehین علم (کارشناس مسئول اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان)

وزارت آموزش و پرورش
مرکز تربیت بدنی و
سلامت معاونت سلامت

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس

مرکز نشر
میدان

عنوان و نام پدیدآور: ارتقای بهداشت فردی دانش آموزان در زمینه پیشگیری و درمان آلودگی به شپش
(ویژه آموزگاران) / تهیه و تدوین دکتر محمداسماعیل مطلق ... [و دیگران]؛ [برای] وزارت بهداشت،

درمان و آموزش پزشکی؛ وزارت آموزش و پرورش.

مشخصات نشر: تهران: مرکز نشر صدا، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۳۲ص.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۵۹-۲۹۰-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: تهیه و تدوین: محمداسماعیل مطلق، طاهره امینایی، مرضیه دشتی، گلایل اردلان، مهین علم.

موضوع: آلودگی به شپش.

شناسه افزوده: مطلق، محمداسماعیل.

شناسه افزوده: ایران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی؛ وزارت آموزش و پرورش.

رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۲۲ش/۶۴۱ RA

رده بندی دیویی: ۶۱۴/۴۳۲۴

شماره کتابشناسی ملی: ۱۶۵۹۳۰۶

ارتقای بهداشت فردی دانش آموزان در زمینه پیشگیری و درمان آلودگی به شپش (ویژه آموزگاران)

خدمات طراحی، چاپ و نشر: مرکز نشر صدا

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۰)

شمارگان: ۳۰۰۰۰۰ نسخه

ISBN: 978-964-359-290-5

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۳۵۹-۲۹۰-۵

«حق چاپ برای وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی محفوظ است.»



مرکز نشر صدا: تهران، تقاطع خیابان مطهری و ولی عصر، خیابان منصور، شماره ۲۴

(۸۸۵۵۰۳۴۵) - ۸۸۵۵۳۴۰۳ - دورنگار: (۸۷۱۳۶۵۳)

باتشکر از

آقای دکتر محمد چینیان (معاون محترم سلامت وزارت آموزش و پرورش)

خانم دکتر سهیلا خوشبین، خانم دکتر مجذوبه طاهری، خانم دکتر مینو سادات محمود عربی (کارشناسان محترم اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس)

دکتر محسن گرگانی نژاد (معاون محترم امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان)

خانم زکیه کاربخش راوری (کارشناس محترم واحد سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس حوزه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی کرمان)

خانم مهناز تسلیمی (مدیر گروه معاونت سلامت وزارت آموزش و پرورش)

خانم زهرا واشقانی فراهانی (کارشناس محترم معاونت سلامت وزارت آموزش و پرورش)

خانم نهال احمدزاده (کارشناس محترم برنامه و بودجه)
که ما را در تهیه این مجموعه یاری نموده‌اند.

فهرست مطالب

- ۷ ----- پیش گفتار
- ۱۱ ----- آلودگی به شپش
- ۱۵ ----- ویژگی های شپش
- ۱۹ ----- نشانه های اختصاصی
- ۲۱ ----- راه های انتقال



ادامه فهرست

- ۲۳-----درمان دارویی
- ۲۸-----نشانه‌های عمومی
- ۲۹-----راه‌های پیشگیری
- ۳۰-----راه‌های مبارزه
- ۳۲-----پیشنهادهای





پیش گفتار

شپش یک انگل خارجی است که قدمت آلودگی آن به دوران پیش از تاریخ برمی گردد. سه نوع شپش انسان را آلوده می کند که عبارتند از شپش سر انسان، شپش بدن انسان و شپش عانه انسان. آلودگی به شپش سر، بدن و عانه را پدیکولوز می نامند.

در حال حاضر، آلودگی به پدیکولوز گسترده جهانی دارد و در بسیاری از کشورها مانند انگلستان، کانادا، برزیل، فرانسه و هندوستان شایع است.

گرچه در بسیاری از مناطق، بهبود وضعیت بهداشتی، اقتصادی و اجتماعی تأثیر به سزایی در کاهش آلودگی به شپش داشته است، اما آلودگی به این انگل هنوز در بیشتر مناطق دنیا بروز می یابد و باعث ایجاد مشکلات جدی بهداشتی و اقتصادی در سطح جهان می شود.

آلودگی به شپش سر انسان از آلودگی های جدی شایع و یکی از مشکلات بهداشتی جوامع انسانی در کشورهای مختلف است. بیماری در هر دو جنس (دختر و پسر) دیده می شود. اما به طور شایع تر در دخترها مشاهده شده است. اگرچه شیوع، رده سنی خاصی ندارد، اما کودکان دبستانی آسیب پذیرترین گروه سنی هستند و از شدت آلودگی بالایی برخوردارند و **تماس نزدیک** و طولانی مدت آنها با هم شایع ترین و اصلی ترین راه انتقال است.

به این ترتیب، و براساس بررسی‌های مختلف آلودگی به شپش در ایران، در مدرسه‌ها، به‌ویژه در مدرسه‌های ابتدایی دخترانه میزان آلودگی به شپش سر انسان در حد قابل توجهی بالا بوده‌است. بنابراین، آگاهی مربیان مدرسه از علائم و نشانه‌های این بیماری در جهت کنترل بیماری گامی مثبت محسوب می‌شود.

بالا بردن سطح آگاهی سطوح مختلف جامعه، به‌ویژه آموزگاران، بهبود رفتارهای بهداشت فردی، تشخیص و درمان مبتلایان، به‌خصوص در مدرسه، از راه‌های مهم مبارزه با **آلودگی** شپش بوده و هماهنگی و همکاری گسترده بخش بهداشت با سایر بخش‌های توسعه از اقدام‌های اساسی مبارزه با آلودگی به شپش است.

در سال‌های اخیر، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس با همکاری مرکز مدیریت بیماری‌ها، به‌منظور انجام معاینات غربالگری آلودگی به شپش سر انسان در دانش‌آموزان، دستورالعمل مشترکی تهیه و فرم‌های آماری رانیز بازنگری کرد. این حرکت مشترک به حذف فعالیت‌های موازی در معاونت‌های بهداشتی دانشگاه‌های علوم پزشکی منجر شد.

هدف کلی، تهیه راهنمای کنترل آلودگی به شپش سر انسان و کاهش بار آلودگی آن در جامعه بوده‌است.

استراتژی‌ها:

- اطلاع‌رسانی و آموزش؛
- برقراری نظام مراقبت پیشگیری از آلودگی به شپش سر انسان؛
- آمادگی مقابله با آلودگی به شپش سر انسان.

فعالیت‌های پیش‌بینی‌شده در راستای استراتژی‌ها:

- آموزش گروه‌های هدف (دانش‌آموزان، آموزگاران، اولیا و مربیان بهداشت مدرسه‌ها) از طریق وسایل کمک‌آموزشی؛
- اطلاع‌رسانی و آموزش از طریق رسانه‌های جمعی؛
- آموزش کارکنان بهداشتی درمانی و آموزش و پرورش.

براساس تجزیه و تحلیل اطلاعات سال ۱۳۸۵ توسط دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس و با استفاده از فرم نتایج ارزیابی‌های غربالگری و معاینات پزشکی دانش‌آموزان تحت پوشش خدمات سلامت، در گروه سنی ۶ تا ۱۰ سال جمعیت تحت پوشش اغلب دانشگاه‌های کشور، آلودگی به شپش سر انسان بسیار بالا است. درجهت پیشبرد این برنامه گام‌های بسیار مؤثری برداشته شده‌است که مهم‌ترین آنها عبارتند از:

۱. انجام خدمات غربالگری و معاینه عمومی پزشکی در فصل‌های سرد و پس از تعطیلات طولانی مدرسه‌ها؛
۲. طرح برنامه در شورای عالی سلامت برای مشارکت دیگر دستگاه‌ها و مراکز اجرایی؛
۳. تدوین و انتشار متن‌های آموزشی برای آموزگاران، والدین، مربیان و دانش‌آموزان؛
۴. تهیه فیلم، برگزاری کارگاه و سمینار در شهرستان‌ها و برگزاری یک کارگاه کشوری در تهران برای کارشناسان اداره سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس. بدون تردید، به‌منظور موفقیت تمام مراحل مربوط به گستره سلامت، پذیرفتن دو باور زیر بسیار مؤثر است:

ضرورت سلامتی!
تقدم پیشگیری بر درمان!



دکتر محمداسماعیل مطلق

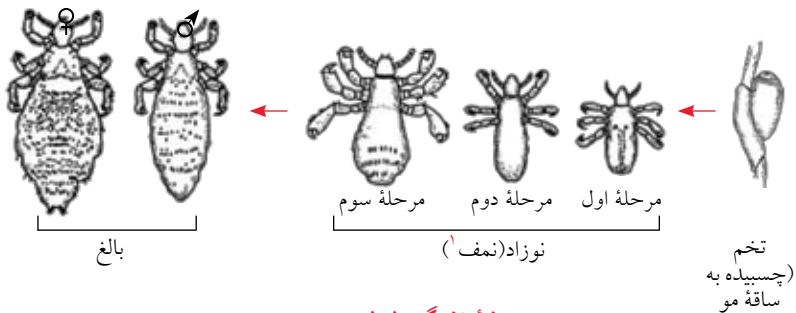
مدیر کل دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس



آلودگی به شپش



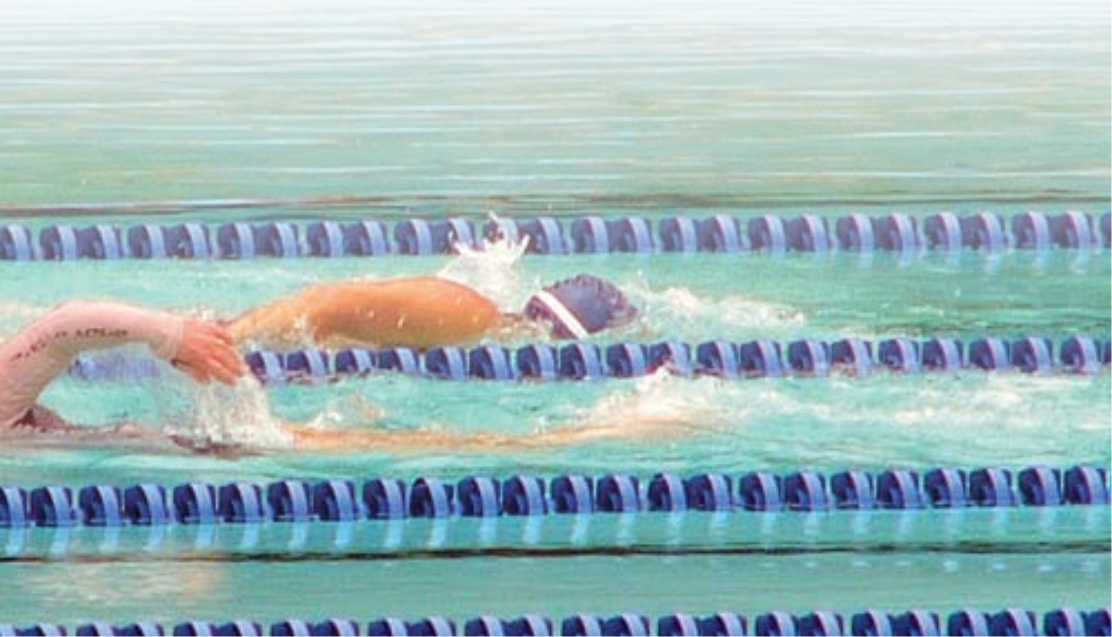
در مراکزی مانند مدرسه، پادگان و خوابگاه به علت تجمع افراد، آلودگی به شپش شایع است و آگاهی از علائم و نشانه‌های آن در مهار و حذف آلودگی‌های انسانی بسیار مؤثر است. شپش از خون انسان تغذیه می‌کند و با مواد ضدانعقاد موجود در بزاق خود از لخته شدن خون بیمار جلوگیری کرده و بروز خارش شدیدی را موجب می‌شود. شپش جهش و پرش نداشته و با لغزش حرکت می‌کند. عمر متوسط شپش ماده ۳۰ روز و رنگ آن در طیف خاکستری تا قرمز متغیر است. چرخه زندگی شپش در زیر خلاصه شده است:



چرخه زندگی شپش



در نتیجه تماس نزدیک افراد یا پوشش زیاد برای تأمین گرما آلودگی به شپش شایع می‌شود. شپش به جامعه یا طبقه اجتماعی خاصی محدود نبوده و ممکن است تمام اقشار را مبتلا کند. آلودگی به شپش سر به علت تماس بیشتر موهای سر با یکدیگر در دختر بچه‌ها شایع‌تر است. شپش در آب زنده نمی‌ماند؛ زیرا از طریق سوراخ‌های کوچکی (اسپیراکل) در اطراف بدنش تنفس می‌کند. به همین دلیل، در مکان‌هایی مانند استخر زنده نمی‌ماند و از طریق شنا در استخر منتقل نمی‌شود.



آگاهی والدین و آموزگاران در پیشگیری از آلودگی به شپش بسیار کمک می‌کند. در این راستا، عوامل مختلفی از جمله سطح تحصیلات و مهارت ارتباطی والدین و آموزگاران تأثیر به‌سزایی دارد.



به این ترتیب، آموزگاران باید نکته‌های مربوط به چگونگی پیشگیری از آلودگی به شپش سر انسان را به آموزگاران، کارکنان مدرسه‌ها و ... آموزش دهند. محتوای موارد مهم آموزشی عبارتند از:

- تشخیص و درمان شپش به‌ویژه شپش سر انسان؛
- روش‌های جدید مواجهه با شپش؛
- اجرای سیاست‌های منطقه‌ای و روش‌های علمی مدیریت برنامه مبارزه با شپش؛
- به‌کارگیری سیاست‌ها و قوانین همچنین رعایت ارزش‌ها و حقوق شخصی افراد.



در هر حال، آموزگاران و کارکنان سطوح اولیه بهداشتی می‌توانند با جمع‌آوری اطلاعات از والدین، شیوه پیشگیری و مبارزه با آلودگی به شپش را طراحی کنند و ارائه‌دهند.

به منظور آموزش صحیح و اطلاع‌رسانی، بررسی نکته‌های زیر برای آموزگاران ضروری است:

- شیوه‌های غربالگری؛
- حساس‌سازی والدین، اولیای مدرسه‌ها و آموزگاران در مراکز تجمع؛
- سیاست جداسازی؛
- سیاست بازگشت مجدد دانش‌آموز به مدرسه.

آموزگاران باید با تدوین و یکسان‌سازی سیاست‌های طراحی شده از همه‌گیری آلودگی به شیش پیشگیری نمایند. در مواردی می‌توانند در زمینه پیشگیری و درمان شیش سر انسان نیز نکته‌هایی را در متن‌های آموزش بهداشت مدرسه‌ها بگنجانند. این برنامه آموزشی باید مبتنی بر ویژگی‌های مدرسه، جامعه و خانواده باشد.



شیش منحصر به طبقه خاصی نیست و ممکن است تمام اقشار را آلوده کند.

توجه:

به والدین:

اگر کودک شما به شیش آلوده است، یادتان باشد: بدترین اتفاق دنیا برای او رخ نداده و مهم‌ترین نکته این است که در خانواده ترسی به خود راه ندهید.

کوتاهی و تأخیر تمام دست‌اندرکاران از جمله آموزگاران در پیشگیری و درمان آلودگی به شپش ممکن است برای سلامتی فرد و جامعه مشکلاتی ایجاد کند.



بزرگ‌ترین مشکل، ایجاد حس مشمئزکننده در میان دوستان و آشنایان پیرامون فرد آلوده است که به مختل شدن روابط بین فردی می‌انجامد.

در کل، آلودگی به شپش سر یکی از بیماری‌های شایع تمام سنین، به‌ویژه سنین مدرسه است. به‌همین دلیل، باوجود این‌که گزش پوستی و عوارض جسمی‌روحي ناشی از آن فقط به فرد آلوده آسیب می‌زند و هیچ نوعی

از بیماری را منتقل نمی‌نماید (فقط شپش بدن می‌تواند ناقل تیفوس و تب راجعه باشد)؛ آگاهی آموزگاران و مربیان از علائم و نشانه‌های این بیماری در مهد کودک، دبستان و مدرسه راهنمایی و دیگر مراکز تجمع کودکان و نوجوانان گامی مثبت در جهت کنترل این آلودگی محسوب می‌شود.

ویژگی‌های شپش



شپش حشره‌ای کوچک، بدون بال و خون‌خوار است. از آن‌جا که این حشره سطح خارجی پوست و مو را آلوده می‌کند، انگل خارجی محسوب شده و ممکن است تن، سر و عانه (شرمگاهی یا ناحیه آلت تناسلی مرد یا زن که مو می‌روید) را آلوده کند. براین اساس، شپش به سه نوع تقسیم می‌شود:

۱. شپش سر انسان^۱،
۲. شپش بدن انسان^۲،
۳. شپش عانه انسان^۳ یا شپشک.

1. *Pediculus Humanus Capitis*
 2. *Pediculus Humanus Corporis*
 3. *Pediculus Humanus Phthirus Pubis*

به طور کل، وجود شپش سر، بدن یا عانه را آلودگی به شپش یا پدیکولوز گویند. تخم شپش رشک نامیده می شود، بیضی شکل، سفیدرنگ و به اندازه ته سنجاق است و به مو و درز لباس فرد آلوده می چسبد.



محل زندگی شپش

۱. شپش سر انسان، در لابه لای موهای سر زندگی می کند و پوست سر (به ویژه پشت سر، گردن و پشت گوش) را مورد گزش قرار می دهد.



۲. شپش بدن انسان، در مسیر درزهای داخلی و چین های لباس فرد آلوده زندگی می کند.



۳. شپش عانه انسان، به پوست و موی عانه یا شرمگاهی انسان اختصاص دارد؛ اما ممکن است در نواحی دیگر بدن نیز مشاهده شود.



نکات مهم در مبارزه با آلودگی به انواع شپش:

۱. شپش سر انسان

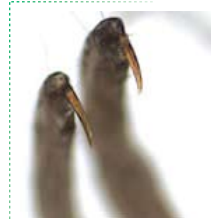
- تقریباً هر ۴ ساعت یک بار با خون‌خواری تغذیه می‌کند.
- پای شپش به گونه‌ای است که بتواند به مو چنگ بزند؛ اما

توان پرش ندارد و به همین علت، با **شانه‌زدن** هر یک از پاهای آن خواهد شکست و می‌میرد.

● اندازه شپش سر ۱ تا ۲ میلی‌متر است. به عبارت دیگر، ریز، اما با چشم غیرمسلح هم قابل مشاهده است.

● شپش ماده بالغ طی عمر حدوداً یک‌ماهه خود، روزانه ۴ تا ۶ تخم می‌گذارد. این تخم‌ها در نزدیکی پوست سر که دما و رطوبت مناسب است، به موها می‌چسبند

و پس از ۷ روز، نوزاد (نمف)‌ها از تخم خارج شده و پس از ۳ مرحله پوست‌اندازی **بالغ** می‌شوند.



پای شپش



۲. شپش بدن انسان

● شکل شپش سر انسان و شپش بدن انسان **مشابه** است.

● اندازه شپش بدن انسان نسبت به شپش سر انسان **بزرگ‌تر** و حدود ۳ میلی‌متر است.

● بیشتر در حاشیه **درزهای داخلی** و **چین‌های لباس** به سر می‌برد.

● برای تغذیه، شپش بدن انسان خود را به **نازک‌ترین** قسمت پوست بدن می‌رساند.

● تخم‌های خود را روی تاروپود لباس می‌چسباند.

● مقاومت شپش در خارج از بدن انسان کم و نسبت به تغییرات درجه حرارت خیلی حساس است و

اشخاص تب‌دار را ترک می‌کند. در حرارت ۵۲

درجه سانتی‌گراد در مدت **چند دقیقه** می‌میرد.



۳. شپش عانۀ انسان

- شپش عانۀ انسان **خاکستری رنگ** است.
- اندازه شپش عانۀ انسان ۱ تا ۱/۵ میلی متر است؛ به همین علت، آن را شپشک یعنی شپش کوچک هم می نامند.
- شپشک در بیشتر آلودگی ها، به موهای ناحیۀ عانه و اطراف مقعد می چسبد و ممکن است در سایر جاهای مودار بدن، مانند زیر بغل، مژ و ابرو نیز دیده شود.
- شپش ماده تخم ها را در قاعدۀ موها می گذارد.



نشانه های اختصاصی

۱. نشانه های اختصاصی آلودگی به شپش سر انسان

- خارش مداوم پشت سر و گردن ناشی از واکنش حساسیتی پوست بدن فرد آلوده نسبت به **بزاق** شپش سر انسان است که در حین خون خوردن از بدن انسان به پوست تزریق می شود.

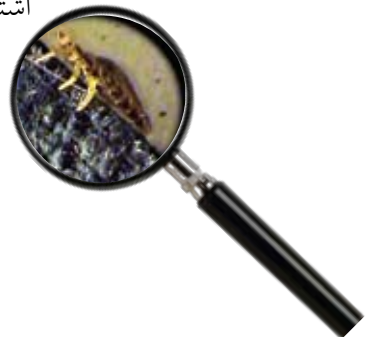


- در بیشتر موارد، آلودگی به شپش سر انسان بدون علامت است و آلودگی را والدین، آموزگاران یا مربیان بهداشت مدرسه تشخیص می دهند.
- باید توجه داشت که عفونت جدید همیشه سبب خارش سر نمی شود.
- شپش سر ممکن است انسان را در هر سن و یا هر دو جنس آلوده کند؛ اما تأثیر آن روی وضعیت تحصیلی و حالت های عاطفی دانش آموز بارزتر است.
- به طور عمده، شپش سر انسان در نواحی پشت گوش و پس سر زندگی و تخم گذاری می کند. در هنگام بیماریابی، باید به این قسمت ها توجه کرد.
- وجود غدد لنفاوی متورم و دردناک در نواحی پس سر و پشت گوش یکی از علائم مهم آلودگی به شپش سر انسان است.



تشخیص افتراقی

گاهی ممکن است پوسته های سفید و ریز شوره مانند با تخم شپش اشتباه شوند. باید توجه داشت که تخم های شپش چون به ساقه مو می چسبند، به سختی کنده می شوند؛ در حالی که شوره سر یا سایر پوسته ها به راحتی با برس از مو جدا می شوند.



آموزگاران باید والدین را آگاه کنند تا به دنبال تخم‌هایی بگردند که به موها نیز متصل هستند. البته تشخیص قطعی با والدین نبوده و در صورت مشکوک شدن باید پزشک یا کارکنان بهداشتی آن را تأیید نمایند؛ زیرا آن‌ها راحت‌تر می‌توانند آگزم، حساسیت یا سایر بیماری‌های پوستی را از آلودگی به شپش تشخیص دهند.

آموزگاران می‌توانند بر اساس اطلاعات حاصل از والدین و گروه پزشکی، سیاست واحدی را برای مبارزه با شپش سر انسان پیگیری نمایند.

۲. نشانه‌های آلودگی به شپش بدن انسان

● خارش شدید؛

● ضخیم شدن پوست.

۳. نشانه‌های آلودگی به شپش عانه انسان

● خارش غیرقابل تحمل در ناحیه عانه؛

● لکه‌های آبی رنگ.



راه‌های انتقال

● تماس مستقیم با فرد آلوده؛

● تماس غیرمستقیم، مانند استفاده از وسایل شخصی فرد آلوده

(لباس‌ها، پتو، ملحفه، شانه، برس، حوله، کلاه، روسری و ...).

غربالگری

به طور معمول، غربالگری جمعی در تشخیص آلودگی به شپش انسان توصیه نمی شود؛ زیرا این روش باعث بروز ترس و وحشت بین دانش آموزان می شود. آموزگاران باید با یافتن دانش آموز آلوده، وی را به اولین مرکز بهداشتی درمانی ارجاع دهند.

نکات مهم در معاینه موی سر:

- در معاینه موی سر کودکان و نوجوانان از نظر آلودگی به شپش، باید از نشانه هایی مانند خارش آگاه بود.
- موی سر زیر نور کافی مشاهده شود.
- پشت گوش ها، گردن و فرق سر باید از نظر وجود تخم شپش بررسی شود.
- وجود شوره مو در سر با رشک اشتباه نشود.



جداسازی

درخصوص جداسازی دانش آموزان آلوده و یا جلوگیری از ورود دانش آموزان آلوده به مدرسه، نظرها مختلف است. در یکی از نظریه ها به طور معمول، با شروع درمان آلودگی، به شرط رعایت بهداشت فردی می توان جداسازی کامل را اعمال نکرد.



به عنوان مثال، در صورت استفاده نکردن از وسایل شخصی یکدیگر و مراقبت ویژه از قسمت آلوده، دانش آموز می تواند به مدرسه برود. تکرار درمان پس از ۸ تا ۱۰ روز ضروری است.

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

درمان دارویی

نحوه درمان دارویی آلودگی به شپش پیش از هر چیز به نوع شپش و محل استقرار آن بستگی دارد؛ اما به طور کل، داروی انتخابی درمان آلودگی به شپش، پرمترین است که به شکل شامپو، محلول شستشوی سر، پودر، لوسیون و کرم تولید شده است. در این جا با توجه به نوع شپش، به مراحل درمان و پیشگیری از گسترده شدن آلودگی می پردازیم.

درمان با نظر پزشک انجام می شود. این بخش فقط برای آشنایی آموزگاران با روش درمان و چگونگی انجام مراقبت و پیگیری ارائه شده است.

توجه:

۱. درمان آلودگی به شپش سر انسان

دو بار درمان به فاصله ۸ تا ۱۰ روز لازم است. اگرچه با درمان نخست، شپش های سر و اکثر تخم های آن از بین می روند؛ اما از آنجا که امکان خروج آنها از تخم تا ۸ روز بعد هم وجود دارد، بنابراین بهتر است به فاصله ۸ تا ۱۰ روز درمان مجدد انجام شود تا



پیش از بلوغ شپش های جدید و توانایی حرکت، از بین بروند.

- پرمترین عارضه‌ای ندارد و استفاده از آن در حد مناسب و طبق توصیه‌های پزشک مهم است. این شامپو باید به‌خوبی به تمام موها مالیده‌شود؛ زیرا شپش سر انسان **کشته نمی‌شود**؛ مگر آن‌که در تماس مستقیم با دارو قرارگیرد.
- تمام **موارد تماس احتمالی** باید درمان‌شوند؛ در غیر این صورت، احتمال آلودگی مجدد وجود دارد.
- در استفاده از پرمترین مانند استفاده از هر فرآورده دارویی دیگر لازم است درباره مصرف در زنان باردار، مادران شیرده و نوزادان با پزشک مشورت‌شود.
- به‌خاطر داشته‌باشید، اگر پس از درمان مجدداً بیش از ۲ بار فردی به شپش سر انسان آلوده‌شود، به این معنی است: فرد درمان‌نشده‌ای در نزدیکی بیمار وجود دارد. به‌هر حال با آلودگی مجدد، ۲ دوره درمان (به فاصله ۸ تا ۱۰ روز) هم لازم است.
- برای جداکردن رشک‌ها، استفاده از **شانه‌های دندان‌ریز** ضروری است.



۲. درمان آلودگی به شپش بدن انسان

- در آلودگی به شپش بدن انسان، **گندزدایی لباس‌ها مهم‌تر** از درمان دارویی است.
- در درمان این آلودگی نیز از **لوسیون و ترکیبات پرمترین** استفاده می‌شود.
- لوسیون باید روی پوست و قسمت‌های **مودار بدن** مالیده‌شود.

- لباس‌های فرد آلوده باید با **آب داغ** شسته‌شوند. توصیه‌می‌شود لباس‌ها پس از **خشک شدن**، **اتو** شوند (به‌ویژه درزها). **خشک‌شویی** نیز به‌تنهایی و کاملاً در کشتن انواع شپش‌ها و تخم‌ها مؤثر است. در صورت دسترسی نداشتن به این امکانات باید لباس‌ها را به‌مدت **۳۰ دقیقه در آب جوشانند**. در این صورت، شپش‌ها و رشک‌ها به‌طور کامل از بین می‌روند.
- لازم است فرد آلوده **حمام** نماید و لباس‌هایی که به شپش و رشک آلوده نیست، بپوشد.
- **گذاشتن لباس‌ها در محیط‌های بسته** (داخل کیسه پلاستیکی) به‌مدت **۳۰ روز** باعث **مرگ** شپش‌ها و رشک‌ها می‌شود. پودرپاشی نیز ممکن است مؤثر باشد.
- همچنین، لازم است **محیط منزل به‌دقت جارو شود** تا شپش‌های احتمالاً **سرگردان** در محیط از محوطه خارج گردند.
- در موارد شیوع آلودگی به شپش بدن انسان، لازم است تمام این اقدام‌ها برای افراد خانواده اجرا شود و اشیای محیطی به‌ویژه وسایل خواب مورد توجه قرار گیرد.
- در شرایط همه‌گیری **بیماری‌های منتقله** توسط شپش بدن، لازم است **پودرپاشی** لباس‌ها در کل جامعه انجام شود.
- به **دست‌ها**، **پاها**، پشت و جلو **تنه** و **گردن** و همچنین **راختخواب** و ملحفه باید پودر پاشید. پودرپاشی با **ظرف‌های مخصوصی** انجام می‌شود که پودر را با فشار به سمت بالا بیرون می‌زند.

۳. درمان آلودگی به شپش عانه انسان

- برای **جدا کردن** شپش‌ها از پوست و موی عانه از **شامپو**، **لوسیون** و **کرم** استفاده گردد و شستشوی کامل انجام شود.
- در آلودگی‌های منتشره عانه به سایر قسمت‌های بدن نظیر موهای زیر بغل، سینه و اطراف ناف، به‌استثنای ابرو و پلک، از شامپو، لوسیون و کرم پرمترین استفاده شود.
- در صورت استفاده از شامپو پرمترین مانند درمان شپش سر انسان، لازم است به موها شامپوزده و سپس شسته شوند.
- پاکسازی محیط زندگی هم‌زمان با درمان فرد ضروری است.

نکات مهم پاکسازی محیط آلوده:

۱. جوشاندن ۳۰ دقیقه‌ای لباس آلوده، حوله، ملحفه و ... در آب؛
۲. پاک کردن فرش‌ها، موکت‌ها و روکش ماشین با جارو برقی؛
۳. تمیز کردن عروسک یا اسباب‌بازی‌ها، به‌ویژه آن‌هایی که کودک هنگام خواب در بغل خود می‌خواباند؛
۴. قراردادن اجسام غیرقابل شستشو به مدت دو هفته در کیسه پلاستیکی با دربسته؛
۵. شستن شانه سر، برس، گل سر و سایر اشیا با آب داغ.



یادآوری:

استفاده از حشره‌کش‌ها به هیچ‌وجه پیشنهاد نمی‌شود.

با توجه به موارد ذکر شده، آگاهی از فرایند زیر برای بررسی بیماری مفید است:



آموزگاران باید موارد الزامی زیر را به والدین آموزش دهند:

- ❖ دانستنی‌های موجود درباره شپش؛
- ❖ آموزش نحوه بیماریابی در افراد خانواده؛
- ❖ اهمیت جداسازی و بازگشت به موقع دانش آموزان به مدرسه؛
- ❖ نحوه درمان دارویی مناسب و اختصاصی برای انواع شپش؛
- ❖ استفاده از شانه‌های دندان‌ریز در موارد آلودگی سر.

نشانه‌های عمومی

۱. خارش شدید در بدن به دلیل تزریق ماده بزاقی شپش به زیر پوست فرد آلوده؛
۲. عفونت‌های ثانویه مانند زرد زخم در اثر خاراندن شدید پوست؛
۳. ضایعات پوستی به صورت بثورات ریز قرمز رنگ؛
۴. افسردگی، پریشانی روانی و بی‌خوابی؛
۵. خستگی عمومی.



راه‌های پیشگیری

آموزگاران باید برای پیشگیری از آلودگی به شپش موارد زیر را به دانش‌آموزان آموزش دهند:

- آموزش جامعه درباره شستشوی لباس‌ها و ملحفه‌ها در آب جوش به مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه و یا استفاده از ماشین لباسشویی و خشک‌کن و اتوکردن درزهای لباس؛
- آموزش رعایت بهداشت فردی (به‌خصوص استحمام مرتب)؛



- شانه‌کردن روزانه موی سر، ترجیحاً با شانه دندانه‌ریز؛
- تمیزکردن همه‌روژه برس و شانه؛
- شستشوی منظم لباس‌ها، روسری، مقنعه، کلاه و ...؛
- استفاده‌نکردن از وسایل شخصی دیگران از جمله شانه، برس، کلاه، شال‌گردن و ...؛
- پرهیز از تماس با اشیاء و لباس‌های فرد آلوده؛
- آموزش چگونگی کنترل روزانه موی سر و بازدید بدن (در صورت لزوم) دانش‌آموزان در مدرسه‌ها و ورزشگاه‌ها؛
- گزارش موارد آلوده مشاهده‌شده به نزدیک‌ترین مرکز بهداشتی‌درمانی و خانه بهداشت.

راه های مبارزه

- درمان مناسب و همزمان فرد آلوده و سایر افراد خانواده طبق دستورهای مراکز بهداشتی درمانی؛
- اتوکردن لباس ها (به خصوص درزهای لباس)؛
- جوشاندن ۳۰ دقیقه ای تمام وسایل شخصی فرد آلوده (حوله، ملحفه، لباس های زیر و رو و ...) در آب جوش؛
- شستشوی منظم و یا پودرپاشی وسایل خواب و سایر وسایل غیرقابل شستشو یا وسایلی که شستشوی آنها دشوار است؛
- درمان با داروهای در دسترس ضدشپش از جمله شامپو و لوسیون گامابنزن و شامپو و لوسیون پرمترین طبق دستور پزشک.

نحوه مصرف شامپو پرمترین

- شستشوی موها با یک شامپوی غیردارویی؛
- آبکشی و خشک کردن موها؛
- آغشته کردن تمام مو و پوست سر با مقدار کافی از شامپو پرمترین؛
- باقی ماندن ۱۰ دقیقه در همان حالت؛
- شستشو و آبکشی کامل موها و پوست سر.

نحوه مصرف شامپو پرمترین در کودکان زیر دو سال

برای کودکان زیر دو سال، بی‌خطر بودن مصرف داروهای درمان آلودگی به شپش سر انسان هنوز ثابت نشده است.



نکات مهم الزامی برای بررسی موی سر دانش‌آموز

- آموزگاران بلافاصله پس از مشخص شدن اولین مورد شپش سر انسان باید تمام دانش‌آموزان همان کلاس را بررسی نمایند.
- اعضای خانواده دانش‌آموزان آلوده را نیز باید بلافاصله بررسی نمایند.
- موارد جدید را فوراً درمان نمایند.
- به محض تشخیص آلودگی دانش‌آموزان بیش از سه کلاس در یک مدرسه، مربیان باید دانش‌آموزان تمام کلاس‌های مدرسه را بررسی و غربالگری کنند.
- به علاوه، آموزگاران باید موهای سر سایر اعضای خانواده و دیگر افراد در تماس نزدیک با دانش‌آموزان آلوده را ۸ تا ۱۰ روز پس از کشف موارد جدید آلودگی به شپش، روزانه بررسی نمایند. همچنین، این افراد باید به رعایت کامل بهداشت فردی ملزم گردند.

در مبارزه با شپش، فرد آلوده و تمام اعضای خانواده و سایر افرادی که با او در تماس نزدیک هستند، باید نکته‌های بهداشتی را رعایت کنند.

توجه:

پیشنهادهای

نکات قابل توجه آموزگاران:

۱. معلمان در زمان اردوهای دانش‌آموزی، همراه داشتن لوازم شخصی از جمله ملحفه، حوله و وسایل شنا و ... را به دانش‌آموزان توصیه نمایند.
۲. توصیه می‌گردد به منظور رعایت بهداشت فردی و جلوگیری از انتقال بیماری‌های واگیر از قبیل شپش و ... در مدرسه، کمد های کوچک جهت قراردادن لباس‌های زمستانی مانند پالتو، ژاکت، و لباس‌های ورزشی در حین ورزش تعبیه شود.
۳. به منظور جلوگیری از انتقال شپش در بین دانش‌آموزان در هنگام شنا، معلمان آموزش‌های لازم را درخصوص استفاده از وسایل شخصی از قبیل حوله، کلاه و ... را به آنان ارائه نمایند.
۴. توصیه می‌گردد در مدارس دخترانه به منظور تسهیل در تشخیص وجود شپش یا رشک توسط آموزگار مربوطه، دانش‌آموزان، مقنعه‌های خود را در کلاس بردارند (هر دانش‌آموز مقنعه خود را در پاکت جداگانه قرار دهد).
۵. پیشنهاد می‌گردد لباس‌های زمستانی دانش‌آموزان از قبیل پالتو، ژاکت و ... توسط کاورهای نایلونی و محکم پوشانده شده و با نصب برچسب در رختکن‌های مدارس قرار داده شود.
۶. آموزش‌های لازم به دانش‌آموزان درخصوص استفاده از مقنعه و چادر نماز شخصی در هنگام خواندن نماز در مدرسه توسط معلمان داده شود.
۷. معلمان دقت لازم به دانش‌آموزان در حین بررسی تکالیف درسی و یا مواقعی که در کنار دانش‌آموز هستند به آنها داشته باشند.
۸. معلمان نسبت به معاینه دانش‌آموزان بعد از تعطیلات طولانی اقدام نمایند؛ به ویژه دانش‌آموزانی که به طور دائم خارش سر دارند.
۹. در هر موقع مناسب در اوقات آموزش که در نزدیکی دانش‌آموزان هستند، ضمن رعایت حریم‌های شخصی و روانی دانش‌آموزان بررسی و آموزش را به دانش‌آموزان مبتلا یا در معرض ابتلا اعلام نمایند.