



kopfläuse ...

... was tun?

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Ein Wort zu Beginn

Seit jeher sind Kopfläuse in Europa heimisch. Sie übertragen keine Krankheiten, verbreiten sich aber sehr leicht weiter.

Daran haben auch die heute so hohen hygienischen Standards nichts geändert, denn Kopfläuse zu bekommen, ist keine Sache der persönlichen Sauberkeit. Auch auf einem bestens gepflegten Kopf können sich Läuse wohl fühlen und vermehren – sie sollen sogar frisch gewaschenes Haar bevorzugen.

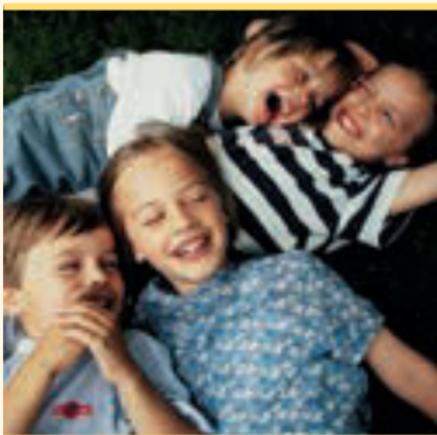
Jeder kann also Kopfläuse bekommen und keiner muss sich dafür schämen. Wichtig ist jedoch, dass man die lästigen Blutsauger möglichst schnell wieder loswird und ihre weitere Verbreitung verhindert.

Diese Broschüre möchte Ihnen hierzu die wichtigsten Informationen liefern.



Wie bekommt man Kopfläuse?

Springen oder fliegen können Kopfläuse zwar nicht, aber sie sind äußerst flinke Krabbler. Da kann es leicht passieren, dass die ungebetenen Gäste beim vertrauten Umgang in der Familie oder unter Freunden, beim Schmusen, Kuscheln und Köpfezusammenstecken – also bei direktem Kontakt – von einem Kopf zum nächsten wandern. In der Auswahl des Haarschopfes sind sie dabei nicht wählerisch – jeder Kopf ist als neue Nahrungsquelle willkommen. Und ehe man sich's versieht, ist die ganze Familie, der Freundeskreis, die Schulklasse oder die Kindergartengruppe infiziert.



Daher kommt es, dass immer wieder von regelrechten „Läuseplagen“ berichtet wird, die ganze Kindergartengruppen und Schulklassen heimsuchen.

Woran erkennt man, dass man Kopfläuse hat?

Spätestens wenn bei Ihnen oder Ihrem Kind die Kopfhaut ungewöhnlich stark juckt, sollte nachgeschaut werden, ob die kleinen Blutsauger Sie als neues Opfer auserkoren haben. Dazu wird das Haar mit dem Kamm gescheitelt und streifenweise die ganze Kopfhaut am besten mit einer Lupe abgesucht. Besonders gründlich sollten dabei die Stellen an der Schläfe, um die Ohren und im Nacken nachgesehen werden, da die Kopflaus hier die beste Temperatur vorfindet, um Eier abzulegen und sich zu vermehren.

Bei Befall sind die höchstens 3 mm großen sechsbeinigen Läuse (Weibchen und Männchen), ihre Larven

und die an den Haaren klebenden hellen Nissen mit den Eiern zu sehen, die in der Nähe der Kopfhaut abgelegt wurden. Die Kopflaus ist normal von grauer Farbe; wenn sie gerade Blut gesaugt hat, bekommt sie einen rötlichen Farbton. Als „Nissen“ bezeichnet man die weißlich glänzenden Eihüllen mit den Eiern der Kopflaus. Das sind 0,8 mm kleine tropfenförmige



© Hermal, Reinbek

Gebilde, die wie Perlen an einer Schnur an den Haaren kleben. Übrigens kann man optisch nur sehr schwer unterscheiden, ob eine Nisse leer ist oder noch ein entwicklungsfähiges Ei enthält. Die Nissen bzw. Eier ähneln Haarschuppen, lassen sich aber im Gegensatz zu diesen nicht abschütteln.

Das Larvenstadium ist eine Entwicklungsphase der Laus, bevor sie erwachsen wird – ähnlich, wie aus der Raupe ein Schmetterling entsteht. Alles in allem sind die Läuse und ihre Larven sehr flink. Deshalb findet man bei der Kopfkontrolle eher die Nissen, weil die ja nicht flüchten können.

Der heftige Juckreiz entsteht übrigens durch eine winzige Menge Speichel, die von der Laus bei jeder Blutmahlzeit in die Kopfhaut gespritzt wird. Da man nun unwillkürlich anfängt zu kratzen, entstehen kleine Hautwunden, die sich entzünden können. Dies kann zu bakteriellen Hautausschlägen und in schweren Fällen sogar zu Schwellungen der Lymphknoten führen. Spätestens jetzt ist ein Besuch beim Kinder- oder Hausarzt fällig.

Der Lebenslauf der Laus

Ein Läuseweibchen ist nach drei Larvenstadien und nach etwa zehn Tagen geschlechtsreif. Es kann von da ab in seinem kurzen Leben 100 bis 150 Eier produzieren. Aus jedem dieser Eier entwickelt sich in der Nisse innerhalb von acht bis zehn Tagen eine neue Larve. So braucht eine Generation von Läusen von einem Ei bis zum nächsten etwa 18 Tage.

Benutzen Kopfläuse auch Umwege?

Wenn die Laus mit Namen „Pediculus capitis“ nicht regelmäßig eine kleine Blutmahlzeit aus der Kopfhaut saugen kann, trocknet sie relativ schnell aus. Deshalb werden Kopfläuse nur äußerst selten über Gegenstände übertragen – in der Regel findet man dort allenfalls verletzte, kranke oder senile Kopfläuse, die sich nicht mehr vermehren können und keine Gefahr mehr darstellen.

Wandert aber z.B. die Mütze eines befallenen Kindes von Kinderkopf zu Kinderkopf, dann lässt es sich nicht hundertprozentig ausschließen, dass auch einmal eine Laus mit auf Wanderschaft geht. Oder man infiziert sich nach erfolgreicher Behandlung selbst wieder neu.



Deshalb sollten Textilien sowie Gebrauchs- und Einrichtungsgegenstände, die mit dem Haupthaar in Berührung kommen, vorsichtshalber gründlich gereinigt und regelmäßig kontrolliert werden. Größere Aktionen in der Wohnung, wie etwa das Desinfizieren von Polstermöbeln oder die Behandlung von Teppichen mit Insektiziden, sind dagegen nicht nötig und – da es sich um Gifte handelt – eher schädlich.

Folgende Reinigungsmaßnahmen sind zu empfehlen:

- Käämme und Haarbürsten gründlich reinigen.
- Handtücher, Leib- und Bettwäsche wechseln und bei mindestens 60 Grad waschen.
- Mützen, Schals, Decken, Kopfkissen und Kuscheltiere wenn möglich ebenfalls bei mindestens 60 Grad waschen.
- Textilien und Kuscheltiere, die nicht so heiß waschbar sind, für zwei Wochen in einem gut verschließbaren Plastikbeutel aufbewahren oder für einen Tag einfrieren.
- Teppiche und Polstermöbel sowie Autositze und Kopfstützen sorgfältig absaugen.



Waschen von Textilien bei mindestens 60 Grad und gründliches Reinigen gemeinsam benutzter Gegenstände – ja!

Blinder Aktionismus, womöglich mit Desinfektionsmitteln oder Insektiziden – nein!

Was tun gegen Kopfläuse?

Mit der Verordnung Ihres Arztes oder auch ohne Rezept können Sie Mittel zur Läusebehandlung in Ihrer Apotheke bekommen. Die Behandlung selbst

kann dann zu Hause erfolgen. Sie ist weder aufwändig noch schmerzhaft und in den meisten Fällen auch wenig geruchsbelästigend.

Die Läusemittel stehen zumeist in flüssiger Form als Lösungen, Emulsionen oder Gels zur Verfügung. Bei der Anwendung ist streng nach der Gebrauchsanweisung vorzugehen, da ansonsten der Erfolg der Behandlung gefährdet ist.

Die meisten heute gebräuchlichen Läusemittel wirken zuverlässig nur gegen die lebenden Formen der Laus (Larven und erwachsene Form) und nicht oder nur bedingt gegen die Eier in der Nisse. Deshalb ist es notwendig, mindestens zweimal im Abstand von acht bis zehn Tagen zu behandeln. Überlebt auch nur ein einzelnes Ei in seiner Nisse, geht die Plage nach wenigen Tagen von Neuem los: Die Kopfläuse melden sich zurück. Um sicherzugehen, dass man die lästigen Plagegeister auch wirklich loswird, empfiehlt es sich außerdem, die anderen Familienmitglieder, die engen Kontakt hatten, prophylaktisch mitzubehandeln.

Und noch etwas: Wenn Sie einen Kopflausbefall festgestellt haben, sind Sie verpflichtet, den Kindergarten oder die Schule Ihres Kindes zu informieren, damit einer weiteren Verbreitung der Riegel vorgeschoben werden kann. Der Leiter der Einrichtung, die Ihr Kind besucht, muss dann das Gesundheitsamt benachrichtigen.

Außerdem ist es ratsam, die Eltern der engsten Freunde Ihres Kindes zu informieren, damit auch diese schnell handeln können.



Die Behandlung mit Läusemittel unbedingt nach acht Tagen wiederholen!

Sind Läusemittel schädlich?

Um den Kopflausbefall zu beseitigen, müssen äußerlich anzuwendende Medikamente eingesetzt werden, die Insektizide (insektentötende Substanzen) enthalten.

Die Hauptwirkstoffe sind z.B. Pyrethrum-Extrakte, die aus der Chrysanthenenblüte gewonnen werden. Diese Mittel können auch bei Kindern angewandt werden, weil die darin enthaltenen Wirkstoffe nur zu einem sehr geringen Teil von der Haut aufgenommen werden und auch die geringen Rückstände nach dem Ausspülen der Haare schnell zerfallen.

In Einzelfällen können die Substanzen allerdings bei besonderer Empfindlichkeit allergische Reaktionen oder Reizerscheinungen hervorrufen. Deshalb sollten z.B. Menschen mit bekannter Chrysanthenallergie oder dem sehr seltenen MCS-Syndrom („multiple chemical sensitivity“) nicht mit Pyrethrum-Extrakt behandelt werden. In diesem Fall sollten Sie sich auf jeden Fall von Ihrem Arzt oder Apotheker beraten lassen.

Kinder im Säuglingsalter sollten Sie grundsätzlich nicht selbst behandeln, ohne zuvor den Kinderarzt gefragt zu haben. Am besten, sie lassen ihr Kind in seiner Praxis behandeln oder lassen sich zumindest vom Arzt ein geeignetes Mittel empfehlen. Während der Schwangerschaft und Stillzeit dürfen einige Präparate nicht verwendet werden. Deshalb auf jeden Fall genau die Hinweise der Hersteller beachten!

Wirkstoffe in Läusemitteln

Behördlich geprüft und anerkannt sind die Wirkstoffe Pyrethrum, Allethrin und Lindan. Der Wirkstoff Lindan sollte bei Säuglingen und Kleinkindern grundsätzlich nur unter ärztlicher Aufsicht angewandt werden.

In klinischen Prüfungen hat sich außerdem auch der Wirkstoff Permethrin als wirksam und geeignet erwiesen.



Kinder im Säuglingsalter behandelt der Arzt. Vorsicht mit Läusemitteln während der Schwangerschaft und Stillzeit – Herstellerhinweise genau beachten!

Wie lassen sich die Nissen entfernen?

Die klebrigen Nissen der Kopfläuse sind weder durch Haarewaschen noch mit einem normalen Kamm zu entfernen. Sie bleiben sogar nach einer erfolgreichen Behandlung des Kopflausbefalls oft noch monatelang an den Haaren haften. Da die Haare weiterwachsen, entfernen sich die Nissen pro Monat um ca. 1 cm von der Kopfhaut.



© Gesundheitsamt Bremen

Was ist ein Nissenkamm?

Nissenkämme sind spezielle Kämmen, meist aus Metall, deren Zinken nicht mehr als 0,2 bis 0,3 mm voneinander entfernt sind. Deshalb eignen sie sich sehr gut, um Läuse und Nissen zu erfassen. Einen Nissenkamm bekommen Sie in Ihrer Apotheke.

Die sicherste und beste Methode zur Entfernung der Nissen nach erfolgter medizinischer Kopfwäsche besteht aus mehrmaligem Ausspülen mit verdünntem Essigwasser (ein Esslöffel Essig auf einen Liter Wasser). Dies erleichtert das gründliche Auskämmen mit einem Nissenkamm, das an mehreren Tagen in Folge durchgeführt werden sollte.

Insbesondere bei dünnem Haar kann es vorkommen, dass nicht alle Nissen am Nissenkamm hängen bleiben. In diesem Fall muss das Haar Strähne für Strähne auf Nissen untersucht werden. Die Nissen, die oft an der Haarunterseite versteckt sind, müssen dann mit den Fingerspitzen herausgezogen werden.

Helpen auch Hausmittel gegen Kopfläuse?

Grundsätzlich gilt: Die Behandlung von Kopfläusen mit den unterschiedlichsten Hausmitteln ist fragwürdig, verlangt oft sehr viel Geduld und bringt selten zuverlässig den gewünschten Erfolg.



Personen, die aber keine chemischen Mittel anwenden können, z.B. aufgrund von Allergien, können wie bei der Entfernung der Nissen vorgehen: Sie spülen die Haare mehrfach mit lauwarmem Essigwasser (drei Löffel Essig auf einen Liter Wasser) und kämmen anschließend die noch feuchten Haare mit einem Nissenkamm aus. Zu

beachten ist, dass die Läuse und Nissen durch das Spülen mit Essigwasser nicht abgetötet werden, sondern nur das Auskämmen erleichtert wird. Deshalb muss die Behandlung mindestens eine Woche lang täglich wiederholt und der Kopf gut kontrolliert werden.

Mit Kopfläusen in die Sauna?

Hin und wieder wird empfohlen, die Läuse mit Heißluft, z.B. mittels eines Föhns, abzutöten. Diese Maßnahme ist unzuverlässig und kann aufgrund zu großer Hitze zu Kopfhautschäden führen. Auch ein Saunaaufenthalt ist zur Abtötung der Läuse ungeeignet.

Die Haare extrem zu kürzen oder gar eine Glatze zu schneiden, ist nicht nötig und gerade für Kinder aus verständlichen Gründen eher belastend. Wie in dieser Broschüre dargestellt, gibt es andere Möglichkeiten, dem Problem zuverlässig Herr zu werden, ohne die Betroffenen einer solchen „Radikalkur“ zu unterziehen.



Hausmittel sind zur Bekämpfung von Kopfläusen wenig zuverlässig und erfordern eine konsequente Behandlung und Kontrolle über einen längeren Zeitraum!

Infizierte Kinder und Lehrer müssen pausieren

In Kindergärten, Schulen und anderen Gemeinschaftseinrichtungen müssen von Läusen befallene Kinder ebenso wie Lehrer sofort nach Bekanntwerden vom Unterricht befreit werden. Alle Personen, die sich dort aufhalten, sollten kontrolliert werden. Die Betroffenen dürfen nach den Vorschriften des Infektionsschutzgesetzes erst wieder in die Einrichtung zurück, wenn nach ärztlichem Urteil eine Weiterverbreitung der Läuse durch sie nicht mehr zu befürchten ist. Einer

schriftlichen Bescheinigung des Arztes bedarf es hierfür nicht. Erst bei wiederholtem Befall ist ein ärztliches Attest erforderlich.

Wurde bei einem Kind oder Jugendlichen Kopflausbefall festgestellt, müssen aber die Erziehungsberechtigten die Durchführung einer Behandlung bestätigen.

Wie lange besteht Ansteckungsgefahr?

Grundsätzlich gilt, dass nach sachgerechter Behandlung mit Läusemittel zunächst keine Ansteckungsgefahr mehr besteht, da alle Läuse und Larven abgetötet wurden. Es kann aber sein, dass nicht alle Nissen abgetötet wurden und deshalb nach sieben bis zehn Tagen neue Larven schlüpfen. Dann besteht natürlich erneut Ansteckungsgefahr. Deshalb ist es so wichtig, die Behandlung mit Läusemittel nach acht Tagen zu wiederholen.



Die Frage, wann ein Kind wieder in die Einrichtung zurück darf, wird von einem Kinderarzt zum anderen nicht immer gleich beantwortet: Manche geben schon am Tag nach der ersten Behandlung mit Läusemittel wieder grünes Licht, andere ziehen es vor, die Kontrolle und Zweitbehandlung nach acht Tagen abzuwarten.

In der Praxis führt es immer wieder zu Problemen zwischen Eltern, deren Kinder dieselbe Einrichtung besuchen, wenn ihre Kinderärzte in diesem Punkt unterschiedlich entscheiden.

Dabei gilt es zu bedenken: Der Gesetzgeber hat hier bewusst eine möglichst unbürokratische Lösung gewählt und die Entscheidung über die Rückkehr in die

Einrichtung dem ärztlichen Urteil überlassen. Bitte vertrauen Sie darauf, dass jeder Arzt diese Entscheidung nach bestem Wissen und Gewissen und unter Abwägung auch der jeweils spezifischen Umstände trifft. Schließlich ist allen Beteiligten daran gelegen, die Plagegeister so schnell wie möglich wieder loszuwerden.

Die Kopflaus und ihre lieben Verwandten

Kopfläuse haben entfernte Verwandte, die wir in Deutschland nur relativ selten zu Gesicht bekommen: die Kleiderlaus und die Filzlaus. Im Unterschied zu Kopfläusen spielt bei Kleider- und Filzläusen mangelnde Hygiene eine Rolle.

Im Falle eines Falles findet man die Kleiderlaus eher in der Garderobe und die Filzlaus auf dem Körper von Betroffenen. Selten suchen diese Läuse die für sie etwas zugige Kopfbehaarung auf. Kleiderläuse sind wesentlich widerstands- und überlebensfähiger als Kopfläuse und machen daher auch aufwändigere Maßnahmen zur Vorbeugung gegen Neuansteckung und Verbreitung erforderlich.

Nur ein erfahrener Parasitologe oder ein Fachlabor kann Kleider- und Kopfläuse eindeutig voneinander unterscheiden. Grundsätzlich aber gilt: Kleiderläuse sind selten und kommen so gut wie nie auf dem Kopf vor.

Falls Sie bei sehr starkem Läusebefall Zweifel haben sollten, wenden Sie sich an das Gesundheitsamt oder Ihren Hausarzt.

Das Wichtigste noch einmal auf einen Blick

- Wenn die Kopfhaut ungewöhnlich stark juckt, den Kopf möglichst mit einer Lupe genau untersuchen.
- Bei Kopflausbefall den Kopf mit Läusemittel behandeln, das Sie in der Apotheke bekommen. Packungsbeilage durchlesen und genau danach verfahren. Die Behandlung unbedingt nach acht Tagen wiederholen.
- Vorsicht bei der Anwendung von chemischen Läusemitteln in der Schwangerschaft und Stillzeit – Herstellerhinweise genau beachten. Kinder im Säuglingsalter sollten vom Arzt behandelt werden.
- Wurde ein Kopflausbefall bei Ihrem Kind festgestellt, sofort den Kindergarten oder die Schule benachrichtigen.
- Alle Personen, zu denen enger Kontakt bestand (Familie, Kindergartengruppen, Schulklasse), genau kontrollieren; Familienmitglieder unter Umständen gleich mitbehandeln.
- Textilien, Gebrauchs- und Einrichtungsgegenstände, die mit Haupthaar in Berührung kommen, sorgfältig reinigen (Wäsche bei mindestens 60 Grad, sorgfältiges Absaugen). Kein Einsatz von Desinfektionsmitteln oder Insektiziden.

Bei Fragen können Sie sich jederzeit an Ihr örtliches Gesundheitsamt wenden.

Weitere Informationen: www.rki.de



Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung.

Alle Rechte vorbehalten.

Text: Daniela Böhmler, Köln
Dr. med. Bodo R. Tigges, Essen

Gestaltung: medienwerkstatt, ECC Dortmund
www.medienwerkstatt-ecc.de

Druck: Bachem, Köln

Auflage: 5.300.6.04

Stand: Mai 2004

Diese Broschüre ist kostenlos erhältlich unter der
Bestelladresse: BZgA, 51101 Köln, oder per
E-Mail: order@bzga.de

Bestell-Nr.: 60 020 000

Der Text wird vom Herausgeber laufend aktualisiert.