Профилактика педикулеза.

Считается, что педикулез (вшивость) – заболевание людей, пренебрегающих личной гигиеной. Однако многие уже успели убедиться, что это не так. Нередко вши обнаруживаются и у представителей весьма благополучных семей.[Показать полностью…](https://m.vk.com/wall-51921429_18143) Эта проблема может коснуться любого человека, который ежедневно посещает массу общественных мест и контактирует с другими людьми. Существует ли профилактика педикулеза? Что можно сделать для того, чтобы уберечь себя и своих близких от заражения педикулезом?   
  
Мы поговорим именно о головных вшах, так как это наиболее часто встречающийся вид паразитов. По статистике данный вид педикулеза наблюдается или наблюдался у каждого пятого ребенка в мире. Вши у взрослых – тоже не редкость.   
  
Вот наиболее распространенные варианты путей заражения педикулезом:   
• Пребывание в тесном контакте с человеком, больным педикулезом. Вши – насекомые быстрые. Им хватает буквально мгновения, чтобы перебраться с одного человека на другого. Вы можете просто постоять рядом с незнакомым человеком, больным педикулезом (например, в лифте, общественном транспорте, очереди, на занятиях контактными видами спорта), и на вашей голове появятся новые «жители».   
• Ношение/примерка чужой одежды, головных уборов, аксессуаров для волос. Наиболее «опасными» с точки зрения передачи головного педикулеза являются предметы с капюшонами, высокими воротниками.   
• Использование чужих предметов гигиены. К ним относятся не только щетки и расчески, но и полотенца.   
• «Общие» мебель, матрасы, подушки. В частности, речь идет об отелях и гостиницах. Белье там меняют, а вот все остальное – нет. При комнатной температуре вши могут жить вне человеческого организма до 2 дней. Стоит больному педикулезом воспользоваться кроватью или диваном, и следующий постоялец гостиницы попадает в зону риска.   
В первом случае, обозначенном выше (наиболее распространенном), передаются только вши. Во всех остальных – и вши, и гниды (яйца этих насекомых).   
  
Симптомы педикулеза:   
Человек, заражённый педикулезом, выглядит вполне обычно, особенно если вредителей на волосистой части его головы пока немного. Но всё же заболевание можно определить по некоторым признакам:   
Зуд кожи головы. Сами укусы могут практически не ощущаться, так как вши впрыскивают под кожу слюну со специальными анестезирующими веществами. Но затем у многих развивается кожная реакция, которая может проявляться в виде зуда.   
Места укусов можно обнаружить по характерным пятнам. В центре такого участка покраснения можно обнаружить и маленький прокус.   
Если внимательно осмотреть голову, то можно обнаружить и самих вшей. Они очень малы, имеют продолговатые слегка вытянутые тельца и тёмный окрас. А вот гниды (то есть яйца, которые откладывают вши) едва различимы, потому что представляют собой небольшие полупрозрачные комки, закреплённые на волосах.   
Обнаружение продуктов жизнедеятельности паразитов. Они могут выглядеть как едва заметные тёмные пятна на кожных покровах.   
  
Важно! Если заболеванию подвергся один член семьи, то лечение понадобится и остальным, так как вероятность заражения при тесных контактах очень высока!   
  
Педикулез – неприятное заболевание, которого многие боятся. Из-за этих опасений на свет появляются мифы о педикулезе, не имеющие ничего общего с реальностью. Предлагаем вам ознакомиться с ложной информацией на эту тему. Это важно для того, чтобы принимать правильные профилактические меры и не «распыляться в ненужных направлениях»:   
Миф 1 - Вши бывают только у детей. Это неправда. Педикулез действительно чаще встречается у детей и подростков, чем у взрослых. Этому есть объяснение: у детей еще неокрепший иммунитет. Вши, как правило, «выбирают» людей с ослабленным иммунитетом. К тому же подвижные дети и подростки часто участвуют в контактных играх и мероприятиях. Но это вовсе не значит, что взрослым не нужно опасаться педикулеза.   
Миф 2 - Вши способны передаваться через воду: это часто происходит в бассейнах, реках и прочих водоемах. Данное мнение далеко от истины. Вши действительно могут длительное время находиться в воде и не гибнуть. Поэтому от них и не избавиться простым мытьем головы. Но случаи заражения педикулезом при купании – редкость.   
Миф 3 - Педикулезом можно заразиться от животных. Или, наоборот, человек может «передать» вшей домашнему питомцу. Абсолютная неправда! На животных и человеке паразитируют абсолютно разные виды вшей. Насекомым, живущим в шерсти братьев наших меньших, люди совершенно неинтересны. И наоборот.   
Миф 4 - Находясь с больным педикулезом в одном помещении, обязательно «подхватишь» вшей. Зависит от расстояния между вами. Вредители переползают с человека на человека, когда люди стоят друг к другу вплотную. Если вы находитесь на некотором расстоянии от зараженного, ничего страшного не случится.   
Миф 5 - Считается, что педикулез обычно бывает у людей, пренебрегающих личной гигиеной. На самом деле вшам чистые волосы «нравятся» даже больше: в них проще осуществлять жизнедеятельность.   
  
Как лечить педикулёз?   
Чем лечить педикулез, что делать при заражении? Лечение направлено на уничтожение всех вшей и их удаление с волосистой части головы.   
Возможны следующие меры:   
Механическое удаление - вычёсывание - позволяет избавиться от паразитов. Чтобы все вши были удалены, следует использовать расчёски или специализированные гребни с частыми зубцами, которые помогают не пропустить ни одну особь. Желательно разделить все волосы на пряди и прочёсывать их постепенно и очень тщательно.   
Радикальная мера, которая поможет избавиться от вшей и быстро их вывести – бритьё волос. Она очень эффективна при лобковом педикулезе, так как после удаления всех волосков будет гораздо проще обнаружить и избавиться ото всех вредителей. Также этот способ подойдёт и представителям мужского пола, заражённым головными вшами и имеющим короткие стрижки.   
Избавиться от педикулеза можно с помощью специализированных средств, приобрести которые вы сможете практически в любой аптеке. Лечение будет эффективным, если применять качественный и действенный препарат. Все подобные средства выпускаются в разных формах, таких как: шампуни, кремы, концентрированные эмульсии или спреи. В любом случае строго соблюдайте все данные в инструкции указания. А чтобы избавиться от паразитов наверняка, обязательно проведите повторную обработку, это позволит удалить оставшихся особей, отложенные яйца, а также новых вылупившихся из них насекомых.   
Чтобы избавиться от платяных вшей и вывести их с вещей, нужно произвести тщательную обработку предметов одежды и постельного белья. Также вполне рациональной мерой будет и обработка помещения, так как особи вполне могут оставаться в местах хранения вещей и даже в мебели.   
Можно попробовать избавиться от вшей и вывести их с помощью народных средств. Попробуйте использовать дегтярное мыло или борную мазь. Активно применяются и эфирные масла, например, масло чайного дерева.   
Если вы хотите избавиться от зуда и прочих последствий укуса, попробуйте применять какое-нибудь местное средство с противовоспалительным и подсушивающим эффектом, к примеру, масло чайного дерева или цинковую мазь.   
  
Любое средство, будь то мазь, шампунь или даже масло чайного дерева, обязательно начинать применять только после консультации с врачом.   
В любом случае, начиная лечение, изучите правила применения и выясните противопоказания, чтобы вывести вшей безопасно и избавиться от них навсегда.   
  
Общая профилактика педикулеза:   
Риск «подхватить» педикулез касается практически любого человека. Однако существуют профилактические меры, позволяющие избежать заражения педикулезом.   
Держите дистанцию! Старайтесь не контактировать с другими людьми слишком тесно. По крайней мере, с теми людьми, в здоровье волосистой части головы которых, вы не уверены. В лифте, очереди или общественном транспорте держитесь от остальных на некотором расстоянии: хотя бы постарайтесь избежать контакта волосами.   
Проводите регулярные проверки. Один раз в неделю осматривайте волосы и кожу головы членов своей семьи (особенно детей). Попросите, чтобы кто-то осмотрел и вас.   
Соблюдайте гигиену. Мы упоминали, что чистота волос или ее отсутствие не очень-то влияют на риск заражения педикулезом. Однако вшей чаще «подхватывают» в антисанитарных условиях. А к вам ведь приходят гости? И каждый из них может быть переносчиком этого неприятного заболевания. Своевременно меняйте постельное белье и одежду, обязательно проглаживайте постиранные вещи. Время от времени обрабатывайте мебель паром (существуют специальные приспособления) или инсектицидами.   
Не пользуйтесь чужими вещами, в том числе членов своей семьи. Расчески, полотенца, головные уборы и прочие предметы, соприкасающиеся с головой, у каждого должны быть свои.   
Есть миф, не далекий от реальности: вши заводятся на нервной почве. Доля правды тут есть. Конечно, просто от стресса эти насекомые вряд ли «нарисуются» в вашей шевелюре. Но есть две причины, по которым в стрессовом состоянии легче заразиться педикулезом:   
1) Снижается иммунитет. А это, как уже говорилось выше, повышает риск заражения вшами.   
2) Выделяются т.н. «гормоны стресса»: норадреналин и адреналин. Они имеют специфический запах, притягательный для вшей.   
В наше время сложно полностью оградить себя от стрессов и переживаний. Но по возможности старайтесь хотя бы не волноваться из-за незначительных событий.   
  
Профилактика поможет уберечь от педикулеза или снизить частоту заражения, а также своевременно выявить паразита, тем самым провести лечение на ранних стадиях его развития.

Врач- эпидемиолог Слисконос Н.Ю.