



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven



LUIZEN
TE LIF
WAT ELKE MAMA & PAPA MOET
WETEN OVER LUIZEN

WAT IS EEN LUIS?



HOOFDLUIZEN ZIJN VERVELENDE BEESTJES
DIE HEVIGE JEUK KUNNEN VEROORZAKEN.
HOOFDLUIZEN ZIJN GEEN SCHANDE, IEDEREEN KAN
ZE KRIJGEN.

Een hoofdlius is een klein insect dat leeft tussen de haren van de mens. Een luis heeft zes poten en is grijs-wit tot bruin van kleur. Hoofdluizen zitten bij voorkeur op warme, vochtige en donkere plaatsen, zoals achter de oren of in de nek. Ze klampen zich met hun pootjes stevig vast aan de haren.

Een luis voedt zich verschillende keren per dag door het zuigen van kleine hoeveelheden bloed doorheen de hoofdhuid. Tijdens het voeden komt er speeksel van de luis vrij, wat jeuk kan veroorzaken. Zonder bloedmaaltijden sterft een luis na twee dagen.

De levenscyclus van een luis bestaat uit drie stadia: larve, nimf en luis. De eitjes van een luis (dit zijn de larven in een omhulsel: de neet) zijn ovaalvormig en ongeveer 0,8 mm groot. Vrouwelijke luizen leggen tot acht eitjes per dag. Ze plakken hun eitjes net boven de hoofdhuid stevig vast op een haarschacht. Uit die neten komen nimfen. De lege neten blijven achter op de haarschacht.

Nimfen zien eruit als volwassen luizen, maar ze zijn kleiner. De nimfen groeien vervolgens uit tot volwassen luizen. Op je hoofdhuid kunnen luizen tot 30 dagen overleven. Daarbuiten sterven ze snel.



HOE KRIJG JE LUIZEN?

HOOFDLUIZEN KOMEN
ZEER FREQUENT VOOR.
IEDEREEN KAN LUIZEN
KRIJGEN. HET KRIJGEN
VAN HOOFDLUIZEN
HEEFT NIETS MET
HYGIËNE TE MAKEN:
LUIZEN HEBBEN GEEN
VOORKEUR VOOR SLECHT
GEWASSEN HAREN.

WANNEER JE HOOFDLUIZEN VASTSTELT, IS HET
BELANGRIJK OM ONMIDDELLIJK EEN BEHANDELING
TE STARTEN EN EROVER TE PRATEN, OM ZO VERDERE
VERSPREIDING ZOVEEL MOGELIJK TE VERMIJDEN.

Luizen kunnen alleen kruipen, ze kunnen niet vliegen of springen. Ze verplaatsen zich vooral van het ene hoofd naar het andere hoofd door direct hoofdcontact. Omdat kinderen tijdens het spelen vaker hoofdcontact hebben, lopen ze het grootste risico. Ook huisgenoten van een besmet kind hebben meer kans op luizen.

Bij het nemen van selfies raken de hoofden vaak elkaar, dit kan er ook voor zorgen dat luizen overgedragen worden.

HOE HOU JE LUIZEN WEG?

- Vermijd zo veel mogelijk hoofd-hoofdcontact.
- Vermijd het gemeenschappelijk gebruik van haarborstels, mutsen, sjaals, hoofddeksels, handdoeken, bedlinnen of knuffels.
- Vermijd overvolle kapstokken: jassen hangen het best ongeveer 15 cm uit elkaar.

Gebruik nooit hoofdluismiddelen als er geen luizen zijn vastgesteld. Hoofdluismiddelen helpen niet om een besmetting met luizen te voorkomen.

De haren overvloedig wassen heeft evenmin zin.

HOE SPOOR JE LUIZEN OP?



ALLEEN HET VINDEN VAN LEVENDE LUIZEN GEEFT
ZEKERHEID DAT JE KIND BESMET IS MET LUIZEN;
HET VINDEN VAN NETEN IS NIET VOLDOENDE.

DAT IS GEEN GEMAKKELIJKE OPDRACHT: LUIZEN ZIJN
VAAK MOEILIJK TE ZIEN, ZE VERPLAATSEN ZICH ZEER
SNEL NAAR DONKERE PLAATSEN.

Luizen kun je het gemakkelijkst opsporen met de nat-kam-test. Daarvoor heb je het volgende nodig: shampoo, crèmespoeling (conditioner), wit keukenpapier of een servet, een tandenstoker en een luizenkam. Een goede luizenkam heeft fijne tanden die 0,2 tot 0,3 mm uit elkaar staan. De doorsnede van de tanden moet hoekig zijn, bijvoorbeeld ruitvormig of rechthoekig. Je kunt een goede luizenkam kopen bij de apotheker of in de drogisterij.

DE NAT-KAM-TEST IN 10 STAPPEN

- 1 Was de haren met een gewone shampoo.
- 2 Spoel de shampoo uit de haren, maar droog de haren niet af.
- 3 Breng overvloedig conditioner aan op de natte haren.
- 4 Kam de knopen uit de haren met een gewone kam.
- 5 Buig nu voorover en kam de haren systematisch met een luizenkam van achter naar voor, dus van de nek naar het voorhoofd. Begin aan het ene oor en schuif na elke kambeweging op naar het andere oor. Kijk vooral goed achter de oren en in de nek. Druk de luizenkam goed tegen de hoofdhuid aan.
- 6 Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier om te kijken of er luizen aanwezig zijn. Als dat nodig is, kun je de luizen met een tandenstoker uit de kam halen.
- 7 Spoel de conditioner uit de haren, maar droog de haren niet af.
- 8 Kam de haren nu met een gewone kam weer naar achter.
- 9 Kam de haren een tweede keer systematisch met de luizenkam, deze keer van voor naar achter en opnieuw van het ene oor naar het andere.
- 10 Veeg de luizenkam opnieuw na elke kambeweging af op een stuk wit keukenpapier.

HOE BESTRIJD JE LUIZEN?

KIJK ALLE HUISGENOTEN NA
OP LUIZEN MET DE NAT-KAM-
METHODE.

BEHANDEL ALLE HUISGENOTEN MET
LUIZEN GELIJKTIJDIG.

ER ZIJN TWEE VERSCHILLENDE
BEHANDELINGSMETHODEN.
DE BEHANDELINGSMETHODEN DIE
GOED WERKEN LEES JE HIERNAAST.



AANDACHTSPUNTJES

- » Kijk regelmatig het haar van je kind na met de nat-kam-methode.
- » Luizen zijn niet schadelijk. Kinderen met luizen moeten dan ook nooit thuisblijven van school.
- » Enkel levende luizen zijn belangrijk
- » Als je kind luizen heeft, verwittig het kinderdagverblijf, de school of het CLB zo snel mogelijk.
- » Als je kind luizen heeft, controleer dan alle huisgenoten met de nat-kam-test. Behandel alle huisgenoten op hetzelfde moment.
- » Gebruik nooit hoofdлуismiddelen als er geen luizen werden vastgesteld. Hoofdлуismiddelen helpen niet om besmetting met luizen te voorkomen.

DE NAT-KAM-METHODE

Volg dezelfde 10 stappen als bij de nat-kam-test. Herhaal de nat-kam-methode om de 3 à 4 dagen en doe dit gedurende twee weken. Als je bij de laatste kambeurt nog luizen vindt, moet je de behandeling opnieuw twee weken toepassen.

Voordeel: goedkoop, geen ontwikkeling van resistentie en geen nevenwerkingen.

HOOFDLUISMIDDELEN

Koop een hoofdлуismiddel altijd bij een apotheker en vraag voldoende uitleg over het gebruik van het product.

DOELTREFFENDE HOOFDLUISMIDDELEN VERKRIJGBAAR BIJ DE APOTHEEK

Dimeticone 4 %

(voordeel: snel, doeltreffend en geen ontwikkeling van resistentie)

- Vermijd contact met de ogen en de slijmvliezen.
- Gebruik deze middelen niet bij kinderen jonger dan zes maanden.
- Gebruik het hoofdлуismiddel eenmalig en kijk een week later met de nat-kam-test of er nog luizen zijn. Herhaal de behandeling als je na een week nog levende luizen vindt.

OPGELET!

- Kammen en haarborstels moeten na elk gebruik gedurende vijf minuten geweekt worden in water van 60 °C.
- Behandel alle gezinsleden met luizen gelijktijdig.
- Bij hardnekkige aanwezigheid van luizen kan desinfectie zinvol zijn om een herbesmetting te vermijden. Was kledij, handdoeken, beddengoed en knuffels op 60 °C en herhaal dit na een week. Materialen die niet in de wasmachine mogen, kun je ook gedurende 48 uur buiten luchten, gedurende 24 uur in de diepvriezer plaatsen op -18 °C of gedurende twee weken in een afgesloten plastic zak bewaren.



MEER INFORMATIE

Met vragen kun je terecht bij het CLB van je school. Je vindt de contactgegevens op de website onderwijs.vlaanderen.be

Je kunt deze folder downloaden of bestellen via www.vlaanderen.be/publicaties

Deze folder kwam tot stand in samenwerking met de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg. De folder wordt ondersteund door Opgroeien - Kind en Gezin.

Verantwoordelijke uitgever
Karine Moykens
Secretaris-generaal
Departement Zorg
Simon Bolivarlaan 17, 1000 Brussel
www.departementzorg.be

Uitgave mei 2025