

Les mer om hodelus på  
[www.fhi.no/skadedyr](http://www.fhi.no/skadedyr)

# Hodelus



folkehelseinstituttet

Utgitt av Nasjonalt folkehelseinstitutt  
Postboks 4404 Nydalen  
0403 Oslo

Bestilling:  
[publikasjon@fhi.no](mailto:publikasjon@fhi.no)  
faks 21 07 81 05  
tlf 21 07 82 00

Design: Grete Seimer • Foto: CDC •



folkehelseinstituttet



Hodelus kan verken hoppe eller fly, men kryper fra hode til hode ved nærkontakt.  
Foto: RubberBall



Omgangskretsen bør informeres når et barn har hodelus.  
Foto: RubberBall

## HODELUS

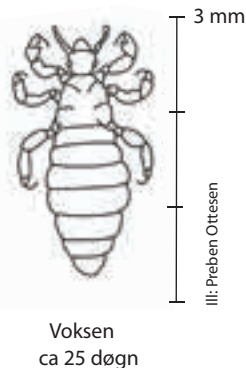
Alle med hår på hodet kan få hodelus, uansett alder og hårtype. Lusene suger blod, og bittene gir kløe. Det kan ta mange uker fra man blir smittet med lus til kløen starter. Å få hodelus har ingen sammenheng med dårlig hygiene, og lusene kan ikke vaskes bort med vanlig sjampo.



### HVORDAN OPPDAGE HODELUS?

- Legg et hvitt håndkle over skuldrene på den som skal sjekkes
- Fuktig hår hemmer lusenes bevegelse
- Kjem hele håret systematisk med en fintannet kam
- Sjekk både håndkle og kam for lus og egg
- Sjekk barn jevnlig for hodelus, minst én gang i måneden

Luseeggene er godt festet til hårstråene.  
Ill.: Hallvard Elven



Egg  
8 døgn

Nymfer (unger)  
9 - 12 døgn

Voksen  
ca 25 døgn

Ill: Preben Ottesen

### HVORDAN BLI KVITT HODELUS?

Hodelus kan bekjempes med lusemiddel, ved kjemming eller ved å barbere håret på hodet kortere enn 0,5 cm. Hvis flere i familien eller omgangskretsen har lus, skal alle behandles samtidig for å hindre gjensmitte.

#### Lusemiddel:

Lusemidler påføres hår og hodebunn. De inneholder stoffer som dreper lus. Noen lusemidler er mer effektive enn andre. Midler som inneholder virkestoffene malation eller dimetikon ser ut til å ha god effekt. Produkter med permetrin vil ofte ha dårlig effekt fordi mange lus er blitt resistente mot stoffet i Norge. Midler med planteoljer kan ha en effekt, men det er gjort få vitenskapelige tester på dette.

Følg bruksanvisningen på produktet nøye. Noen lusemidler skal ikke brukes av små barn eller gravide. Husk at bare den eller de som har lus skal behandles fordi det alltid er en liten fare for bivirkninger.



For å finne hodelus i langt hår er det lurt å dele håret i 3-6 hestehaler og gre én hestehale av gangen.  
Foto: Lene Solbakken

### Kjemming:

Kjemming med lusekam må utføres systematisk og grundig hver dag i minst åtte dager, deretter én gang i uka, i tre uker. Ved kjemming skal håret være vått. Plasser et håndkle over skuldrene for å fange opp lus og egg som faller ned. Etterpå må både håndkle og kam vaskes ved 60 °C eller fryses ned i minst fire timer, for å drepe lus og egg.

### HVORDAN SMITTER HODELUS?

Hodelus kan verken hoppe eller fly, men kryper fra hode til hode ved nærkontakt. Det er svært liten sjanse for spredning av lus via puter, møbler, kosedyr og klær. Det anbefales likevel ikke å låne hodeplagg, børster, kammer, hårpynt og annet av en som har lus.

Et lusetilfelle er sjelden isolert. Uten behandling kan familie og nære venner smitte hverandre gjentatte ganger.



En voksen hodelus måler ca 3 mm.  
Foto: Preben Ottesen

### LUS I BARNEHAGER OG PÅ SKOLER

Hvis det oppdages hodelus hos barn i barnehagen eller på skolen, er det ikke nødvendig å sende barnet hjem. Sannsynligvis har barnet hatt lus i lang tid, så noen timer fra eller til har ingen betydning. Barnet kan fortsette i barnehagen eller på skolen som normalt, men bør begynne på lusekur så fort som mulig. Barnehage/skole og vennekrets bør informeres om at et barn i nærmiljøet har hodelus slik at alle kan sjekkes og gjensmitte unngås.