

# Trois (3) choses que vous « pouvez » faire pour éliminer les poux!



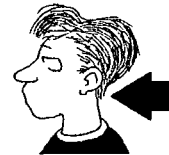
## 1 Être « é-poux-vantablement » renseigné :

Les poux n'ont rien à voir avec une mauvaise hygiène personnelle. Non plus, ne faut-il pas exagérer le problème. Si vous êtes bien renseignés, vous comprendrez que vous pouvez facilement vaincre les poux. Voici quelques renseignements nécessaires :

- Les poux, ça dérange mais ils ne peuvent pas nous rendre malade. Les poux ne portent pas de microbes.
- Si votre enfant a des poux, cela ne veut pas dire qu'il est malpropre. En effet, les poux adorent les cheveux propres.
- Les poux se trouvent plus fréquemment chez les enfants d'âge scolaire.
- Les poux sont incapables de sauter ou voler. Le contact direct, ramper d'une personne à l'autre, est la seule façon qu'ils peuvent trouver un autre « hôte ».
- Même si les poux ne sont pas un problème médical sérieux, on s'efforce de les éliminer pour ne pas les passer à d'autres.
- On ne peut pas éliminer complètement les poux, mais on peut les contrôler en examinant nos enfants régulièrement, et en utilisant des traitements efficaces.
- Il est important d'informer les personnes avec qui nos enfants ont des contacts afin d'éviter une récurrence.

## 2 Examinez la tête de votre enfant

1 Commencez à l'arrière des oreilles et au bas arrière de la tête. (C'est à ces endroits que l'on trouve le plus souvent les poux).



2 Séparez soigneusement les cheveux en utilisant les deux mains et cherchez des poux ou des lentes (œufs). Pour une identification précise, utiliser un peigne fin (peigne avec des dents fines), commencer par le cuir chevelu et peigner fermement les cheveux vers le bas.



Toute la tête doit être systématiquement peignée au moins deux fois. Vérifier s'il y a des poux après chaque coup de peigne. Il est plus facile de le faire sur cheveux humides. Généralement, cela peut prendre une minute avant de trouver des poux.

3 Si votre enfant a des poux, ou des œufs de poux (lentes) il faut examiner la tête de tous les membres de la famille.

4 Si vous trouvez des poux ou des lentes (œufs), appelez votre centre de santé communautaire ou Capital Health Link pour savoir quoi faire.

*continué* ⇨

## Lorsque vous cherchez des poux ...

### **Vous NE TROUVEREZ PAS :**

- du pus ou autres liquides gluants ;
- un nid de « bibittes » actives ;
- un super-insecte qui peut vous sauter en pleine face ;
- un gros insecte aux bras poilus et aux dents pointues. Même si l'image magnifiée d'un poux est un peu épouvantable, à l'œil nu c'est un très petit insecte gris ou brun qui a des pattes.

### **Vous trouverez peut-être :**

- des rougeurs sur le cuir chevelu ou à la nuque, où votre enfant s'est gratté ;
- un petit insecte qui bouge rapidement sur la tête. S'il est très petit et incapable de voler, il se peut que ce soit un pou adulte ;
- Un pou adulte est difficile à trouver parce qu'il fuit la lumière, et il peut être de la même couleur que les cheveux ;
- de petits œufs qui ressemblent à des pellicules. Cependant, ces pellicules sont bien collées aux cheveux. Vous ne pouvez pas les enlever avec un peigne ou une brosse à cheveux.

### **Vous trouverez probablement :**

- Absolument rien! Au Canada, moins de 3 enfants sur 100 ont des poux à un moment ou un autre. Nous pouvons réduire ce nombre encore plus en examinant régulièrement la tête de nos enfants.

## **3 Examinez régulièrement la tête de votre enfant**

Les œufs de poux mettent de 7 à 10 jours à éclore. En vérifiant régulièrement la tête de votre enfant, vous pouvez enlever les poux avant qu'ils ne pondent leurs premiers œufs. Prenez la bonne habitude d'examiner la tête de votre enfant régulièrement.

Voici de simples mots d'ordre pour vous rappeler d'examiner la tête de votre enfant. Vous aurez sans doute d'autres idées aussi! Vous pourrez peut-être vous faire une affiche et la placer là où vous la verrez facilement.

« **Dents, mains, tête** » Après que votre enfant se soit lavé les mains et brossé les dents, cherchez les poux!

« **Cherchez les poux avant d'éteindre les lumières.** » Vérifiez la tête de votre enfant avant de le coucher pour la nuit.

« **Télépoux** » Rien de plus simple que de s'asseoir ensemble devant la télé et d'examiner la tête de votre enfant en écoutant une émission.

*Si vous avez des questions ou besoin d'information sur les programmes et services du Capital Health, vous pouvez appeler Capital Health Link. Signaler le 408-LINK (5465). Des infirmières licenciées sont à l'écoute 24 heures par jour, 365 jours par année.*