

# Head Lice

Head lice are tiny bugs about the size of a sesame seed. They live in the hair and bite the scalp to suck blood. They do not fly or jump, but they can move very fast. This makes it hard to find them in the hair. They infect people of all ages and races, but are less common in African American children because of the shape of the hair shaft.

Nits are the eggs of the lice. They look like yellowish white or brown dandruff. Head lice attach their eggs to shafts of hair with a waterproof “glue”. The eggs are laid close to the scalp. Look for eggs at the back of the neck and behind the ears. These eggs cannot be washed out or brushed out of the hair. They must be picked out one at a time.

## Causes

Lice can spread quickly from one person to another if the persons:

- Share hats, scarves, combs, brushes, hair clips or barrettes, hair bands, helmets or clothing
- Lie on the same bed, couch or carpet
- Play close together
- Use items stored in closets or lockers that have the lice or eggs on them

# قمل الرأس

قمل الرأس هو عبارة عن حشرات دقيقة بحجم بذور السمسم تقريباً، وهو يعيش في الشعر ويلدغ فروة الرأس لشفط الدم. وهو لا يطير أو يقفز، لكنه بوسعه التحرك بسرعة بالغة. وهذا يجعل من الصعب العثور عليه في الشعر. إنه يصيب الأشخاص من كافة الأعمار والأجناس، لكنه أقل شيوعاً في الأطفال الأفروأمريكيين نظراً لشكل أعمدة الشعر.

الصئبان هي بيض القمل، ويكون لونها أبيض ضارب إلى الصفرة أو بني مثل القشرة. يُثبت قمل الرأس بيضه على أعمدة الشعر بغراء مقاوم للمياه، ويوضع البيض بالقرب من فروة الشعر. ابحث عن البيض على مؤخرة الرقبة وخلف الأذنين، حيث لا يمكن إخراج هذا البيض من الشعر عن طريق الغسيل أو التمشيط. بل يتعين التقاطه واحدة تلو الأخرى.

## الأسباب

يمكن أن ينتشر القمل بسرعة من شخص لآخر إذا كان الأشخاص:

- يتشاركون القبعات أو اللفاعات أو الأمشاط أو فرش الشعر أو مشابك الشعر أو الثوب أو أشرطة الشعر أو الخوذ أو الملابس.
- ينامون على نفس السرير أو الأريكة أو السجادة
- يلعبون معاً عن قرب
- يستخدمون الأشياء المحفوظة في الخزائن أو غرف الملابس التي يوجد عليها القمل أو بيضه.

## **Signs**

- Itching or tickling feeling that something is moving around or tickling the head.
- Red marks or sores on the scalp sometimes with drainage and crusting. These are often found behind the ears or on the back of the neck. If the skin is scratched open, the sores can get infected and must be treated by your doctor.
- Scratching the head. Sometimes it takes weeks for a child to start scratching.

## **Treatment**

Your child's doctor can suggest a medicated lice shampoo, cream or lotion. You can buy some lice products, such as Nix Crème Rinse, at your local pharmacy without a prescription. Some of the products will have a special nit comb in the package or you can buy one separately. This special comb can help find and remove eggs. It is very important to remove all of the lice eggs and to treat all family members.

## الأعراض

- الشعور بحكة أو وخز وبأن شيئاً ما يتحرك في الرأس أو يلدغها.
- وجود علامات حمراء أو دمامل على فروة الرأس مع رشح وقشرة أحياناً. وغالباً ما توجد هذه خلف الأذنين أو على مؤخرة الرقبة. في حالة خدش الجلد وفتحه، فقد تصاب الدمامل بالعدوى ويتعين علاجها من قبل طبيبك.
- حكّ الرأس. قد يستغرق الأمر أسابيع حتى يبدأ الطفل في الحك.

## العلاج

يمكن أن يقترح طبيب طفلك استخدام شامبو أو كريم أو غسول لعلاج القمل. ويمكنك شراء بعض منتجات علاج القمل، مثل Nix Crème Rinse، من الصيدلية المحلية بدون وصفة طبيب. سوف تشتمل عبوة بعض المنتجات على مشط خاص للصئبان أو يمكنك شراء مشط بشكل منفصل. يمكن أن يساعد هذا المشط الخاص في العثور على البيض وإزالته. ومن المهم للغاية إزالة جميع بيض القمل وعلاج جميع أفراد الأسرة.

## **How to Use Nix Creme Rinse** (or store brands of permethrin)

1. Wash the hair with regular shampoo. Do not use a conditioner. It can keep the lice medicine from working. Rinse with warm water and towel dry. Do not use this towel again until it has been laundered.
2. Put white vinegar on the hair to help loosen the “glue” that holds the eggs on the hair.
3. Put enough of the Nix Creme Rinse to wet the hair and scalp completely. Be sure to wet the back of the neck and behind the ears. If the Nix Creme Rinse gets in the eyes, rinse right away with cool water.
4. Leave the Nix Creme Rinse on the hair for 10 minutes, but no longer.
5. Rinse the hair and skin around the scalp well with water. Rub with a fresh dry towel. **Do not** use a hair dryer – some lice products are flammable.
6. Comb the hair with a fine comb to find the eggs. It may help to divide the hair in sections. All eggs must be removed! It might take 2 or 3 hours or more, and you may have to pick out the eggs by hand if the comb does not work.
7. Put the eggs in a plastic bag, tie it closed and throw it away. Wash your hands well and scrub under your fingernails.
8. Dress your child in clean clothing.

If you purchase Rid or store brands of piperonyl butoxide, apply the product to dry hair. Start at Step 3 above and follow the steps to use this product instead of Nix.

## كيفية استخدام Nix Creme Rinse (أو ماركات البيرميثرين المتوفرة بالصيدليات)

- 1- اغسل الشعر بالشامبو المعتاد، وتجنب استخدام مرطبات الشعر، حيث إنها قد تمنع مفعول دواء القمل. اشطف بمياه دافئة وجففه بمنشفة. وتجنب استخدام هذه المنشفة ثانية حتى يتم غسلها.
  - 2- ضع خلاً أبيض على الشعر لمساعدتك على فك "الصمغ" الذي يُثبت البيض على الشعر.
  - 3- ضع مقداراً كافياً من Nix Creme Rinse لتبليل الشعر وفروة الرأس تماماً. تأكد من تبليل مؤخرة الرقبة وخلف الأذنين. إذا دخل Nix Creme Rinse في العينين، فاشطف على الفور باستخدام مياه باردة.
  - 4- اترك Nix Creme Rinse على الشعر لمدة 10 دقائق، لكن ليس أكثر من ذلك.
  - 5- اشطف الشعر والجلد حول فروة الشعر جيداً بالماء. امسح بمنشفة جافة. **تجنب** استخدام مجفف الشعر – حيث إن بعض منتجات علاج القمل قابلة للاشتعال.
  - 6- احرص على تمشيط الشعر بمشط دقيق للعثور على البيض، وقد يكون من المفيد تقسيم الشعر إلى أقسام. يتعين إزالة البيض بالكامل! وقد يستغرق الأمر من ساعتين إلى ثلاث ساعات أو أكثر، وقد يتعين عليك التقاط البيض باليد إذا لم يحقق المشط النتائج المرجوة.
  - 7- ضع البيض في كيس بلاستيك، ثم اربطه وتخلص منه. اغسل يديك جيداً ونظف ما تحت أظفرك.
  - 8- ألبس الطفل ملابس نظيفة.
- إذا قمت بشراء Rid أو ماركات متوفرة بالصيدليات من بيبرونيل بيوتوكسيد، فضع المنتج على شعر جاف. ابدأ بالخطوة 3 أعلاه واتبع خطوات استخدام هذا المنتج بدلاً من Nix.

## **Special Warnings About Lice Products**

- If you or your child is allergic to ragweed, check with your doctor or pharmacist before using any brand of medicated rinse or shampoo. The active ingredient in some brands such as Rid, Pronto and A-200 could cause a serious allergic reaction.
- Do not use lice products on children younger than 2 years.
- Do not handle or use lice products if you are pregnant or breastfeeding.
- House pets do not carry human lice and should not be treated.

## **After Treatment**

- If you see live lice 10 days or more after the treatment, you can repeat the treatment one time. Check the hair and scalp of all family members every day. If you find eggs or lice, treat their hair and clothing the same way.
- **Do not** wash the hair for 2 days after the treatment.
- **Do not** use hair conditioner for 10 days.
- Pest control sprays can be harmful to children and should not be used in the home.
- Head lice can live away from the human body for only 55 hours.

## تحذيرات خاصة بشأن منتجات علاج القمل

- إذا كنت أنت أو طفلك تعانيان من الحساسية لعشب الرجيد، فاستشر الطبيب أو الصيدلي قبل استخدام أية ماركة من أدوية الشطف أو الشامبو، حيث إن المكون النشط في بعض الماركات، مثل Rid و Pronto و A-200 قد يؤدي إلى رد فعل تحسسي خطير.
- تجنب استخدام منتجات علاج القمل على الأطفال الأصغر من سنتين.
- تجنبي مناولة أو استخدام منتجات علاج القمل إذا كنت حاملاً أو تُرضعين رضاعة طبيعية.
- لا تحمل الحيوانات المنزلية الأليفة قمل الإنسان ولا يتعين علاجها.

## بعد العلاج

- إذا رأيت قملًا حياً بعد 10 أيام أو أكثر من العلاج، فيمكنك تكرار العلاج مرة أخرى. افحص شعر وفروة رأس جميع أفراد الأسرة يوميًا. إذا وجدت بيضًا أو قملًا، فتعامل مع الشعر والملابس بنفس الطريقة.
- تجنب غسل الشعر لمدة يومين بعد العلاج.
- تجنب استخدام مرطبات الشعر لمدة 10 أيام.
- قد تكون بخاخات مقاومة الآفات ضارة للأطفال وينبغي عدم استخدامها في المنزل.
- يمكن أن يعيش قمل الرأس بعيدًا عن جسم الإنسان لمدة 55 ساعة فقط.

## **To Clear Lice from the Home**

- Wash all washable clothing (including hats, scarves, and coats) and all bed linens, towels and washcloths that have had contact with anyone with lice in the past 3 days. Machine-wash in hot, soapy water and dry. Use the hot cycle of a dryer for at least 20 minutes.
- Soak combs, brushes, hair barrettes, hair bands and sports helmets in very hot water (130°F) for 10 minutes.
- Pillows, stuffed animals, clothing and other things that cannot be washed may be dry cleaned or put in air tight plastic bags for 2 weeks.
- Vacuum all carpets and furniture. Put the vacuum cleaner's dust bag in a plastic bag, tie tightly and throw away.

## **School and Other Parents**

- Tell your child's school that your child has lice. The other children will be checked and treated if needed.
- Check with your child's school. In some school systems the child's hair must be free of all eggs before the child may go back to school.
- Tell the parents of your child's friends so they can check their children.

## لل قضاء على القمل من المنزل

- اغسل جميع الملابس القابلة للغسيل (بما في ذلك القبعات واللفاعات والمعاطف) وجميع فرش الأسرة والمناشف وقطع الاستحمام التي لامست أي شخص لديه قمل خلال الأيام الثلاثة الماضية. احرص على الغسيل في الغسالة بالمياه الساخنة والصابون ثم التجفيف. استخدم دورة الساخن بالمجفف لمدة 20 دقيقة على الأقل.
- انقع الأمشاط وفرش الشعر والثوك وأشرطة الشعر والخوذ الرياضية في مياه ساخنة جدا تبلغ درجة حرارتها 54 مئوية (130 فهرنهايت) لمدة 10 دقائق.
- أما بالنسبة للوسائد ولعب الحيوانات المحشوة المحنطة والملابس والأشياء الأخرى التي لا يمكن غسلها، فيمكنك تنظيفها بطريقة التنظيف الجاف أو وضعها في أكياس بلاستيك محكمة الغلق لمدة أسبوعين.
- احرص على كنس جميع السجاجيد والأثاث بالمكنسة الكهربائية. ضع كيس تجميع الغبار بالمكنسة الكهربائية في كيس بلاستيك، ثم أحكم ربطه وتخلص منه.

## المدرسة والآباء الآخرون

- أخبر مدرسة طفلك بأنه يعاني من القمل، حيث سيتم فحص الأطفال الآخرين ومعالجتهم إذا لزم الأمر.
- استشر مدرسة طفلك، حيث إن بعض النظم المدرسية تُحتم أن يكون شعر الطفل خاليًا من جميع البيض قبل أن يتمكن من الرجوع إلى المدرسة.
- أخبر آباء أصدقاء طفلك حتى يمكنهم فحص أطفالهم.

## **Prevention**

- Teach your child to "Never share what touches the hair". Children should not let anyone else use their comb, brush, hats, scarves, pillows, hair accessories or helmets. They should not borrow them from others either.
- Shampoo the hair 2 or 3 times a week.

**Talk to your child's doctor or your local health department if you have any questions or concerns.**

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital, Columbus, Ohio. Available for public use without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Unless otherwise stated, user may print or download information from this site for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

## الوقاية

- احرص على تعليم طفلك "عدم مشاركة الأشياء التي تلامس الشعر". ينبغي ألا يسمح الأطفال لأي شخص آخر باستخدام الأمشاط أو الفرش أو القبعات أو اللفاعات أو الوسائد أو إكسسوارات الشعر أو الخوذ الخاصة بهم. كما ينبغي ألا يستعيروا مثل تلك الأشياء من الآخرين.
- اغسل الشعر بالشامبو مرتين أو ثلاث مرات أسبوعيًا.

تحدث إلى طبيب طفلك أو قسم الصحة المحلي إذا كانت لديك أية تساؤلات أو قلق.

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital, Columbus, Ohio. Available for public use without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Unless otherwise stated, user may print or download information from this site for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.