

# 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

# Chí

Chí là loài rệp rất nhỏ có kích thước gần bằng hột mè. Chí sống trong tóc và cắn da đầu để hút máu. Chúng không bay hoặc nhảy, nhưng có thể di chuyển rất nhanh. Điều này làm cho chúng ta khó tìm thấy chúng trong tóc. Con người ở mọi lứa tuổi và chủng tộc đều có thể bị có chí, nhưng trẻ em người Mỹ gốc Phi Châu ít bị chí do hình dạng của cọng tóc.

Trứng chí được gọi là "nit". Trứng chí có màu trắng hơi vàng hoặc có vẻ như gàu da đầu màu nâu. Chí dán trứng của chúng vào cọng tóc bằng "keo" không thấm nước. Trứng chí nằm ở gần da đầu. Trứng chí thường có ở sau cổ và đằng sau tai. Không thể rửa trôi hoặc chải trứng chí ra khỏi tóc. Phải tước mỗi lần một trứng chí ra khỏi cọng tóc.

## Nguyên nhân

Chí có thể lây lan nhanh chóng từ người này sang người khác nếu họ:

- Dùng chung nón, khăn choàng cổ, lược, đồ gỡ tóc, đồ kẹp tóc hay quần tóc, băng buộc tóc, nón an toàn hoặc quần áo
- Nằm chung giường, trường kỷ hoặc tắm tắm
- Chơi đùa gần nhau
- Dùng món đồ được cất ở nơi đựng quần áo hoặc tủ có khóa nào có chí hay trứng chí trong đó

## **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.

## **Dấu hiệu**

- Thấy ngứa ngứa hay ngứa ngứa lan khắp đầu hoặc ngứa rần rần đầu.
- Có vết đỏ hoặc loét ở da đầu, thỉnh thoảng có rỉ nước vàng và đóng vảy cứng. Các dấu hiệu này thường thấy ở đằng sau tai hoặc sau cổ. Nếu da bị gãi rách, thì vết loét có thể nhiễm trùng và phải được bác sĩ chữa trị.
- Gãi đầu. Thỉnh thoảng, trẻ em mất nhiều tuần mới bắt đầu gãi đầu.

## **Chữa trị**

Bác sĩ của trẻ có thể khuyến nghị dùng xà bông gội đầu, kem thoa da có thuốc trị chấy. Quý vị có thể mua một số sản phẩm trị chấy, như dầu thuốc gội đầu Nix (Nix Crème Rinse), tại dược phòng địa phương mà không cần kê toa. Vài sản phẩm trong số này có sẵn cái lược chải trứng chấy chuyên dụng trong gói hàng hoặc quý vị có thể mua riêng. Cái lược chuyên dụng này có thể tìm và loại bỏ trứng chấy. Điều rất quan trọng là phải loại bỏ toàn bộ trứng chấy và chữa trị cho mọi người trong gia đình.

## **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.

## **Cách dùng dầu thuốc gội đầu Nix** (nhãn hiệu ở tiệm là permethrin)

1. Gội đầu bằng xà bông gội đầu thông thường. Đừng dùng dầu xả. Dầu xả có thể làm cho thuốc trị chỉ mất tác dụng. Dội sạch xà bông bằng nước ấm rồi lau khô bằng khăn. Đừng dùng lại khăn này nếu chưa giặt.
2. Thoa giấm trắng vào tóc để làm tan “keo” giữ trứng chỉ trên tóc.
3. Thoa dầu thuốc gội đầu Nix vừa đủ ướt toàn bộ tóc và da đầu. Nhớ là phải thoa ướt ở sau cổ và đằng sau tai. Nếu dầu thuốc gội đầu Nix vấy vào mắt, cần rửa ngay lập tức bằng nước lạnh.
4. Chờ dầu thuốc gội đầu Nix thấm trên tóc trong 10 phút, nhưng không lâu hơn.
5. Dùng nước để dội rửa sạch tóc và da quanh da đầu. Lau vò đầu bằng khăn khô sạch. **Đừng** dùng máy sấy tóc – một số sản phẩm trị chỉ dễ cháy.
6. Chải tóc bằng lược dày để tìm trứng chỉ. Lược này có thể phân chia tóc thành nhiều phần. Phải loại bỏ toàn bộ trứng chỉ! Công việc này mất 2 hay 3 giờ hoặc lâu hơn, và quý vị phải dùng tay để tước trứng chỉ nếu cái lược này không hiệu quả.
7. Bỏ trứng chỉ vào bao ny-lông, cột chặt rồi vứt bỏ. Rửa sạch tay và cọ rửa bên dưới móng tay.
8. Mặc quần áo sạch cho trẻ.

Nếu quý vị mua Rid hay nhãn hiệu ở tiệm là piperonyl butoxide, thì dùng sản phẩm này để làm khô tóc. Bắt đầu từ Bước 3 bên trên rồi làm theo các bước để dùng sản phẩm này thay cho 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.

## **Cảnh giác đặc biệt về các sản phẩm trị chí**

- Nếu quý vị hay trẻ của mình bị dị ứng với cỏ phấn hương (ragweed), cần hỏi ý kiến của bác sĩ hay dược sĩ trước khi dùng bất cứ nhãn hiệu dầu hoặc xà bông gội đầu nào có thuốc. Thành phần hoạt tính trong vài nhãn hiệu như Rid, Pronto và A-200 có thể gây dị ứng nghiêm trọng.
- Đừng dùng sản phẩm trị chí cho trẻ dưới 2 tuổi.
- Đừng cầm hoặc dùng sản phẩm trị chí khi quý vị có thai hoặc đang cho con bú vú.
- Thú nuôi trong nhà không có loại chí này và không cần chữa trị.

## **Sau khi chữa trị**

- Nếu nhìn thấy chí còn sống 10 ngày hay lâu hơn sau khi chữa trị, thì quý vị nên chữa trị lại lần nữa. Kiểm tra tóc và da đầu của mọi người trong gia đình hàng ngày. Nếu quý vị thấy có trứng chí hoặc chí, cần chữa trị cho tóc và giặt tẩy quần áo của họ theo cách tương tự.
- **Đừng** gội đầu 2 ngày sau khi chữa trị.
- **Đừng** dùng dầu xả tóc trong 10 ngày.
- Thuốc phun diệt các giống vật gây hại có thể hại cho trẻ em và không nên được dùng trong nhà.
- Chí chỉ có thể sống tách rời cơ thể con người trong 55 giờ.

## **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.

## **Tẩy sạch chí ra khỏi nhà**

- Giặt toàn bộ quần áo có thể giặt (kể cả nón, khăn quàng cổ, và áo choàng) và mọi khăn trải giường, khăn tắm và khăn lau mặt đã tiếp xúc với bất kỳ người nào bị có chí trong 3 ngày qua. Giặt bằng nước xà bông, nóng và vắt khô trong máy giặt. Bật chế độ sấy nóng của máy sấy trong ít nhất 20 phút.
- Ngâm lược, đồ gỡ tóc, đồ kẹp tóc, băng buộc tóc, nón an toàn thể thao trong nước rất nóng (130 độ F, hay 54 độ C) trong 10 phút.
- Giặt khô (hấp tẩy) gối, thú nhồi bông, quần áo và những thứ nào khác không thể giặt bằng nước hoặc bỏ vào bao ny-lông kín khí trong 2 tuần.
- Hút bụi cho toàn bộ thảm và giường, tủ, bàn ghế. Bỏ túi chứa bụi của máy hút bụi vào bao ny-lông, cột chặt rồi vứt bỏ.

## **Học đường và các phụ huynh khác**

- Báo cho học đường của trẻ biết trẻ có chí. Các trẻ khác sẽ được kiểm tra và chữa trị nếu cần thiết.
- Tham vấn với học đường của trẻ. Ở vài hệ thống học đường, tóc của trẻ phải không có trứng chí trước khi trẻ được cho đi học trở lại.
- Báo cho phụ huynh của bạn của trẻ biết để họ kiểm tra trẻ của họ.

## **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.

## **Phòng ngừa**

- Dạy cho trẻ của quý vị biết là "Đừng bao giờ dùng chung món đồ nào đụng chạm vào tóc". Trẻ em không phải cho bất kỳ người nào khác dùng lược, đồ gỡ tóc, nón, khăn quàng cổ, gối, vật dụng cho tóc hay nón an toàn của em. Các em cũng không nên mượn những thứ này từ bạn khác.
- Gọi đầu 2 hay 3 lần một tuần.

**Bàn với bác sĩ của trẻ hay cơ quan sức khỏe địa phương nếu quý có bất cứ câu hỏi hay thắc mắc nào.**

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.

Head Lice. Vietnamese