



Quelques conseils pour venir à bout des poux !

1. Traitement

Achetez le traitement en pharmacie. Les lotions à appliquer plusieurs heures sont plus efficaces que les shampoings.

Il existe deux catégories de traitement :

- **Les traitements à action chimique** qui coûtent entre 7 et 10 euros pour 5 doses ;
- **Les produits moins toxiques** (qui étouffent le pou et/ou la lente) qui coûtent entre 13 et 18 euros pour 100-150 ml.

Respectez bien le dosage et le temps d'application minimum indiqués sur la notice.

Vous devrez renouveler le traitement **8 jours plus tard**, car si une lente reste vivante, elle se transformera en pou et tout devra être recommencé.

2. Enlèvement des poux et des lentes

Après avoir appliqué le traitement suffisamment longtemps, il faut éliminer les poux morts et les œufs (lentes).

- Procurez-vous un peigne à dents très serrées (peigne Niska®).
- Glissez entre les dents du peigne une gaze imbibée de vinaigre dilué pour moitié dans de l'eau.
- Peignez les cheveux mèche par mèche en allant de la racine vers la pointe.
- Changez régulièrement la gaze, où lentes et poux sont censés s'accrocher.
- Prévoyez une pince pour séparer les cheveux « propres » des cheveux non encore peignés.

Les lentes qui restent malgré tout accrochées aux cheveux doivent être enlevées, une par une, avec les doigts.

Prévoyez une distraction pour votre enfant et armez-vous de patience !



3. À ne pas oublier

Pour venir à bout des poux, d'autres mesures sont indispensables le jour du traitement :

- Toute la famille doit être inspectée : Attention ! Les poux peuvent aussi s'attaquer aux adultes et ils ne provoquent pas toujours de démangeaisons ! Une lente se différencie de la pellicule par le fait qu'elle est bien accrochée aux cheveux.
- Toutes les personnes porteuses de poux ou lentes au domicile doivent être traitées en même temps.
- Tout ce qui a été en contact avec les cheveux doit être traité :
 - Les peignes et les brosses → 10 minutes dans l'eau bouillante.
 - Les vêtements, taies d'oreiller, housses, sac de couchage, essuies, jouets en tissu → lavés à 50° au moins ou avec un produit vendu en pharmacie (7€50).
 - Les vêtements qui ne supportent pas un lavage doivent être enfermés dans un sac en plastique pendant 15 jours ou être traités avec des sprays anti-poux (10€).
 - Les sièges auto, fauteuils, divans doivent être aspirés.

4. Et pour éviter que cela ne recommence

Inspectez les cheveux une fois par semaine pour agir rapidement si nécessaire. Attachez les cheveux.
Évitez les échanges de bonnets, écharpes, chouchous...

Par contre, il est déconseillé de traiter les cheveux par des insecticides en l'absence de poux.

