



Que sont les poux de tête?

Le pou de tête est un insecte qui vit et qui se reproduit sur votre tête. Les poux se nourrissent en mordant votre cuir chevelu. Avoir des poux (pédiculose) est commun; de 6 à 12 millions de personnes dans le monde entier, ont des poux chaque année.

Qui peut attraper des poux?

Toute personne qui est en tête-à-tête avec quelqu'un qui a déjà des poux peut en attraper. Les poux de tête se retrouvent surtout chez les enfants entre 3 et 10 ans et leur famille.

Comment puis-je savoir si j'ai des poux?

- Une sensation de chatouillement de quelque chose qui bouge dans les cheveux.
- Démangeaisons causées par une réaction allergique aux morsures.
- Irritabilité.
- Plaies sur la tête causées par le grattement. Ces plaies peuvent parfois s'infecter.

Comment attrape-t-on des poux?

- En étant en contact en tête-à-tête avec une personne qui a déjà des poux. Le contact se produit souvent durant le jeu à l'école et à la maison (pyjamades, activités sportives, au camp, sur les terrains de jeux, etc.).
- En portant des chapeaux, foulards, peignes, brosses, rubans à cheveux, oreillers ou serviettes qui ont été utilisés récemment par quelqu'un qui a des poux.

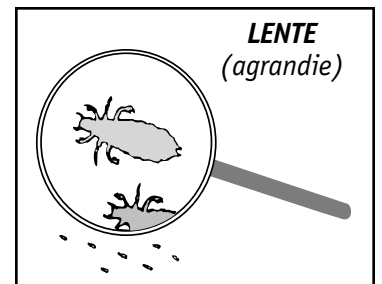
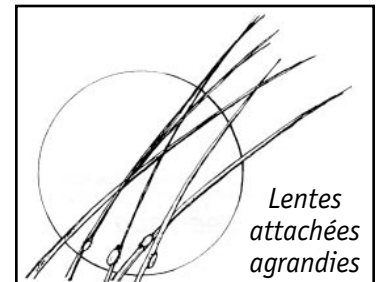
De quoi ont-ils l'air?

Les insectes sont minuscules, sans ailes, se déplacent rapidement et ne sont pas faciles à voir. Ils ne peuvent pas sauter ou voler. Ils font 1 à 2 mm de longueur et sont de couleur brun gris. Il y a trois formes de poux: la lente, la nymphe et l'adulte.

Lentes: Les lentes sont les oeufs des poux de tête. Elles ne sont pas faciles à voir et on les confond souvent avec des pellicules ou des gouttelettes de fixatif. Les lentes se retrouvent solidement attachées sur la tige du cheveu. Elles sont ovales et généralement blanches ou jaunâtres. Les lentes prennent environ une semaine à éclore.

Nymphe: La lente va éclore en un pou naissant qui s'appelle une nymphe. Elle ressemble à un pou adulte mais est plus petite. Les nymphes se transforment en adultes environ sept jours après leur éclosion. Pour survivre, la nymphe doit se nourrir de sang.

Adultes: Le pou adulte est environ de la taille d'une graine de sésame, a six pattes et est de couleur tan à blanc gris. Les femelles pondent des lentes; elles sont généralement plus grosses que les mâles. Les poux adultes peuvent vivre jusqu'à 30 jours sur la tête d'une personne. Pour survivre, le pou adulte doit se nourrir de sang. Si un pou tombe de la tête de quelqu'un, il va mourir en dedans de deux jours.

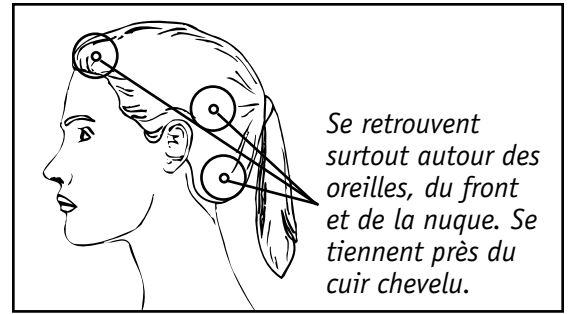


Quel est le traitement pour enrayer les poux?

- Il existe plusieurs produits pour traiter les poux.
- Avant d'acheter tout produit, parlez-en à votre pharmacien.
- Consultez votre médecin avant de faire un traitement:
 - aux enfants de moins de deux ans;
 - à une personne qui fait des crises d'épilepsie;
 - à une personne qui a une infection du cuir chevelu.
- Achetez un shampoing contre les poux ou un après-shampoing à la pharmacie.
- Appliquez le produit en observant attentivement les instructions. Le mésusage ou la surutilisation pourrait s'avérer dangereux.

Endos →

- Les produits contre les poux éliminent les poux et beaucoup d'oeufs mais un seul traitement ne peut pas les éliminer tous.
- Il faut donc faire un deuxième traitement de 7 à 10 jours après le premier traitement afin d'éliminer toutes les nouvelles lentes écloses avant qu'elles ne viennent à maturité.
- Il est à suggérer de limiter l'utilisation de shampooing entre les deux traitements et durant la semaine suivant le deuxième traitement. Cela permet au produit contre les poux d'être plus efficace.
- Entre les traitements, vérifiez chaque jour s'il y a des lentes vivantes et enlevez toutes les lentes toujours présentes. Servez-vous d'une lumière brillante pour mieux voir. Vérifiez attentivement toutes les sections de la tête et enlevez toutes les lentes avec vos ongles ou un peigne à lente pour amener chaque lente vers le bas de la tige du cheveu.
- Si vous trouvez des lentes vivantes durant les jours suivant le premier traitement, consultez votre pharmacien ou composez le numéro se trouvant au bas de la présente page.
- Il y a des renseignements contradictoires sur l'enlèvement ou pas de toutes les lentes après l'application des produits contre les poux. La Santé publique de Toronto recommande d'enlever toutes les lentes puisque les produits contre les poux ne sont pas efficaces à 100%. Enlever toutes les lentes peut réduire l'éclosion des oeufs qui n'ont pas été éliminés et empêcher les lentes fraîchement écloses de se propager sur d'autres têtes. Il est aussi plus facile de remarquer une nouvelle infestation si toutes les lentes ont été enlevées.



Que faire si un bébé ou une femme enceinte ou qui allaite, a des poux?

Téléphonez à votre médecin de famille ou à un représentant du programme "Motherisk" de l'hôpital pour enfants malades au 416-813-6780, pour obtenir des conseils avant de choisir un produit traitant. Si vous êtes enceinte et que vous traitez les autres, portez des gants de plastique ou de caoutchouc.

Dois-je nettoyer ma maison?

Vous devez laver à l'eau chaude et savonneuse, les chapeaux, les foulards, les brosses à cheveux, les peignes ou tout autre article qui a été porté ou est utilisé sur la tête ainsi que les taies d'oreiller, les serviettes et la literie après le premier et le deuxième traitement. Les articles qui ne sont pas lavables à la machine, doivent être nettoyés à sec ou placés dans un sac hermétique pendant 10 jours à deux semaines. Pas besoin de nettoyer la maison à fond mais il est à conseiller de passer l'aspirateur sur les surfaces où les têtes se sont appuyées (c.à.d. sofas, sièges d'auto et casques de protection). NE JAMAIS utiliser de traitements insecticides.

Comment puis-je empêcher les poux de se propager?

- Déconseillez le contact de tête-à-tête et le partage de chapeaux, foulards, brosses à cheveux et de peignes.
- Tressez les cheveux longs.
- Vérifiez les têtes de tous les membres de la famille et des personnes qui sont en contact étroit avec quelqu'un qui a des poux.
- Tous les membres de la famille qui ont des poux devraient être traités en même temps.
- Avisez tous les proches de la personne qui a des poux de vérifier leur tête. De plus, avisez l'enseignant et/ou l'éducatrice en garderie de l'enfant.
- Vous ne pouvez pas prévenir les poux en utilisant des shampooings ou des produits contre les poux – il faut les utiliser seulement si vous avez des poux.
- Vérifiez la tête des enfants d'âge scolaire chaque semaine pour savoir s'ils ont des poux; plus souvent s'il y a une épidémie.

Points importants à retenir

1. **Soyez sensibilisés aux sentiments de votre enfant!**
2. Les poux ne sont pas le résultat d'un manque de propreté.
3. Les enfants tout comme les adultes peuvent attraper des poux.
4. Avoir les cheveux courts n'empêche pas les poux de se transmettre.
5. Les poux ne vivent pas sur les chiens, les chats ou sur d'autres animaux.

Pour de plus amples renseignements, appelez "Toronto Health Connection" au 416-338-7600