DATOS TUNGKOL SA LISA SA ULO

Ano ang lisa sa ulo?

Ang lisa sa ulo ay isang insektong naninirahan at nabubuhay sa inyong ulo. Nabubuhay sila sa pamamagitan ng pagsipsip ng dugo mula sa inyong anit. Ang pagkakaroon ng lisa sa ulo (pediculosis) ay pangkaraniwan; sindami ng 6–12 milyong katao sa buong mundo ang nagkakaroon nito taun-taon.

Sino ang maaaring magkaroon ng lisa sa ulo?

Sinumang malapit ang ulo sa ulo ng isa pang mayroon nang lisa ay maaaring magkaroon nito. Madalas natatagpuan ang lisa sa ulo ng mga batang may 3–10 taong gulang, at sa kanilang mga pamilya.

Paano kong malalaman kung ako'y may lisa sa ulo?

- Nakakakiliting pakiramdam ng may gumagalaw sa inyong buhok.
- Pangangati, dulot ng *allergic* na reaksyon sa kagat ng lisa.
- Iritasyon o panunumpong.
- Sugat o singaw sa ulo dala ng pagkakamot. Minsa'y maaaring magka-impeksyon ang mga ito.

Paanong nakakakuha ng lisa sa ulo?

- Sa pamamagitan ng pagdikit ng inyong ulo sa ulo ng isang mayroon nang lisa. Kadalasan ito'y sa paglalaro sa paaralan at sa bahay (sa mga *slumber party,* mga palaro, sa kamping, sa palaruan, atbp.).
- Paggamit ng sumbrero, bandana, suklay, *hairbrush, ribbon,* unan o tuwalyang ginamit kamakailan ng isang taong may lisa sa ulo.

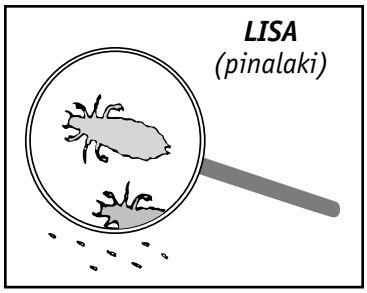
Anong itsura ng mga ito?

Ang mga insekto ay maliliit, walang pakpak, mabilis kumilos at mahirap makita. Hindi sila nakakalundag o lipad. Sila'y may 1–2 mm haba at abuhing kayumanggi ang kulay. May tatlong anyo ang mga ito: ang nit, ang nymph at ang malaki na.

Mga *nit:* Ito ang mga itlog ng lisa. Mahirap silang makita at mapapagkamalang balakubak o mga *drop* ng *hairspray*. Mahigpit na nakakapit ang mga *nit* sa pinakakatawan ng buhok. Sila'y habilog (korteng itlog) at kadalasa'y dilaw o puti. May isang linggo bago mapisa ang mga ito.

Nakakapit na mga nits pinalaki

Ang *nymph:* Napipisa ang *nit* sa sanggol na lisang tinatawag na *nymph*. Ito'y mukhang malaki na *(adult)* subalit mas maliit. Lumalaki ito *(mature into adults)* pitong araw matapos mapisa mula sa *nits*. Kailangan nitong kumain ng dugo upang mabuhay.


LISA
(pinalaki)

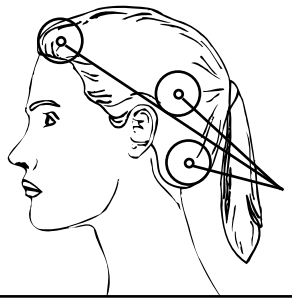
Ang malalaking lisa o *adults:* Ang malaking lisa ay halos sinlaki ng isang *sesame seed,* may anim na paa, at kulay kayumanggi o abuhing puti. Ang kababaihan na karaniwang mas malaki sa kalalakihan, ang nangingitlog. Maaaring mabuhay nang hanggang 30 araw sa ulo ng tao ang malaki nang lisa. Upang mabuhay, kailangan nitong sumipsip ng dugo. Kung ito'y mahulog o mahiwalay sa tao, mamamatay ito sa loob ng dalawang araw.

Paanong ginagamot ang pagkakaroon ng lisa sa ulo?

- Maraming produktong panggamot sa lisa sa ulo.
- Bago kayo bumili ng anumang produkto, kausapin ang inyong parmasyutiko.
- Konsultahin ang inyong doktor bago gamutin ang:
  - mga batang wala pang dalawang taong gulang;
  - isang taong mayroong sakit na may sumpong;
  - isang taong may impeksyon sa anit.
- *Bumili ng head lice shampoo* o *cream rinse* mula sa inyong botika.
- Maingat na sundin ang mga instruksyon sa paggamit ng produkto. Mapanganib ang mali o sobrang paggamit nito.

tuloy po sa kabila ➜

- Ang mga produktong ito ay pumupuksa ng lisa sa ulo at maraming mga itlog, subalit maaaring hindi nito mapuksa lahat ng itlog sa isang gamit lang.
- Kung kayat ulitin ang panggagamot 7–10 araw matapos ang unang paggamot upang puksain ang mga bagong pisa na *nymph* bago pa man lumaki ang mga ito.
- Iminumungkahing limitahan ang paggamit ng *shampoo* pagkatapos ng unang paggamot (bago yung ikalawa), at sa linggo matapos ang ikalawang paggamot. Bibigyan nito ng pagkakataong magkabisa nang maigi ang produkto.
- Tingnan-tingnan kung may buhay na lisa sa ulo araw-araw matapos ang paggamot, gayundin para alisin ang anumang *nits* na naroon pa. Gumamit ng maliwanag na ilaw para makakita kayo nang mabuti. Maingat na tingnan lahat ng bahagi ng ulo at alisin ang mga maliliit na lisa sa pamamagitan ng inyong kuko o ng isang suyod para alisin ang bawat isa nito sa katawan ng buhok.
- Kung may matagpuang buhay na lisa sa mga araw matapos ang unang paggamot, konsultahin ang inyong parmasyutiko o tumawag sa numerong nasa ibaba ng papel na ito.
- May nagtatalong impormasyon tungkol sa kung dapat bang alisin lahat ng *nits* matapos maglagay ng gamot panlaban sa lisa sa ulo. Inirerekomenda ng Toronto Public Health ang pag-alis ng lahat ng *nits* dahil hindi 100% epektibo ang mga produktong panlaban sa lisa. Ang pag-aalis ng *nits* ay makakabawas sa pagpisa ng mga itlog na di napuksa at ang pagkalat ng bagong pisa na mga lisa sa ibang mga ulo. Mas madali ring mapansin ang panibagong pamumugad ng mga ito, kung lahat ng *nits* ay inalis.



Kadalasang matatagpuan sa paligid ng tainga, noo at batok. Dumidikit sa anit.

Paano kung may lisa sa ulo ang isang babaeng buntis o nagpapasuso?

Tawagan ang inyong doktor o ang Motherisk Program sa Hospital for Sick Children sa 416-813-6780 upang humingi ng payo bago pumili ng produktong panggamot. Kung kayo'y buntis at nanggagamot ng iba, magsuot ng guwantes na plastik o goma.

Kailangan ko bang linisin ang aking bahay?

Kailangan mong maghugas ng mga sumbrero, maglaba ng bandana, maghugas ng mga hairbrush, suklay, o anupamang gamit na isinuot sa ulot, gayundin ang mga punda ng unan, tuwalya at mga gamit sa kama (bed linen) sa mainit-na-mainit na tubig na may sabon pagkatapos ng una at ikalawang paggamot. Ang mga gamit na hindi maaaring labhan sa makina ay dapat i-*dry clean* o ilagay sa isang airtight bag nang 10 araw hanggang dalawang linggo. Hindi kailangan ang sobrang paglilinis ng bahay subalit mainam na i-*vacuum* ang mga gamit kung saan dumikit o nahilig ang mga ulo (hal. mga sofa, upuan ng sasakyan at mga helmet). HUWAG KAILANMAN gagamit ng *insecticide spray*.

Paano kong makokontrol ang pagkalat ng lisa sa ulo?

- Humimok na iwasan ang pagdidikitan ng mga ulo at paghihiraman ng sumbrero, bandana, hairbrush at suklay.
- Itrintas ang mahabang buhok.
- Tingnan ang buhok ng lahat ng kapamilya at mga taong kalapit sakaling may ibang mayroong lisa sa ulo.
- Lahat ng kapamilyang may lisa sa ulo ay dapat na gamutin nang sabay-sabay.
- Sabihan lahat ng malapit na kakilala ng taong may lisa sa ulo na tingnan din ang kanilang ulo. Gayundin, sabihan ang guro at/o tagapag-alaga sa araw.
- Hindi ninyo mapipigilan ang pagkakaroon ng lisa sa ulo sa pamamagitan ng paggamit ng head lice shampoo o iba pang produkto – gamitin lamang ang mga ito kung kayo'y may lisa sa ulo.
- Para sa mga batang nag-aaral na, lingguhang tingnan kung mayroon silang lisa sa ulo; mas madalas pang gawin ito kung may biglaang paglipana nito sa komunidad.

Mahahalagang puntong dapat tandaan

1. Maging sensitibo sa pakiramdam ng inyong anak!
2. Hindi dahilan ng pagkakaroon ng lisa sa ulo ang kakulangan sa kalinisan.
3. Kapwa bata at matanda ay maaaring magkaroon ng lisa sa ulo.
4. Hindi nakakahadlang sa pagkalat ng lisa sa ulo ang maikling gupit (o buhok).
5. Hindi nabubuhay ang lisa sa mga aso, pusa o iba pang hayop.

Para sa dagdag pang impormasyon tumawag sa Toronto Health Connection sa 416-338-7600

PH0701GB0018 Tagalog January 2007

TORONTO Public Health