

# Lausige Zeiten

**Kopfläuse** treten in Schulen, Kindertageseinrichtungen und Co. immer wieder auf. Wichtig ist eine zügige Behandlung des betroffenen Kindes in Kombination mit der zeitnahen Kontrolle aller Kontaktpersonen.

**E**igentlich ist die Sachlage klar – und doch sind immer noch viele Falschinformationen im Umlauf und auch die Emotionen kochen regelmäßig hoch: Läuse rauben vielen Eltern den letzten Nerv, besonders wenn sie wiederholt auftreten. Da hilft am besten sachliche Aufklärung und Beratung. Das Wichtigste: 1. Es besteht kein ernsthafter Grund zur Sorge – Läuse übertragen, anders als etwa Zecken, keine schweren Krankheiten, sondern sind nur lästig. 2. Läuse sind gut behandelbar – vorausgesetzt

man bleibt über zwei Wochen konsequent dabei. 3. Läuse sind immer Gruppensache – eine offene Kommunikation ist essenziell für einen dauerhaften Erfolg.

**Der Lebenszyklus** Die Grundlage, um sinnvoll und zielgerichtet gegen Läuse vorgehen zu können, ist zu verstehen, wie, wo und wovon sie leben: Die Kopflaus – lateinisch: *Pediculus capitis* – lebt, wie der Name schon sagt, auf dem Kopf. Nur dort findet sie die für sie passende Umgebung mit optimaler Temperatur und Luft-

feuchtigkeit. Nach einer Befruchtung legen ausgewachsene Weibchen jeden Tag mehrere Eier, die sie eng an der Kopfhaut am Haarschaft festkleben – die Nissen. Nach etwa sieben bis zehn Tagen schlüpfen daraus die Larven, auch Nymphen genannt. Sie sehen aus wie Miniaturausgaben der erwachsenen Tiere, häuten sich mehrmals und wachsen innerhalb von weiteren sieben bis zehn Tagen zu adulten Läusen heran. Und dann fängt das Ganze wieder von vorne an ... In allen Lebensphasen ernähren sich Läuse ausschließlich von Blut, das sie alle zwei bis vier Stunden aus der Kopfhaut trinken – der Grund für den Juckreiz.

Läuse können weder springen noch fliegen, sind aber, besonders als erwachsene Tiere, sehr geschickt im Krabbeln. Die Übertragung erfolgt fast ausschließlich durch ausgewachsene Tiere direkt von Kopf zu Kopf, wenn Kinder ihre Köpfe eng zusammenstecken. Werden Läuse abgestreift und bleiben etwa in Mützen, Schals, Haargummis, Kopfkissen oder Ähnlichem hängen, dann sieht es schlecht für sie aus, denn dort ist es für sie zu trocken und zu kalt und sie finden keine Nahrung. Nur falls eine weitere Person den Gegenstand innerhalb kurzer Zeit erneut verwendet, haben sie eine Überlebenschance. Ansonsten sterben sie

abseits des Kopfes nach zwei bis drei Tagen sicher ab.

**Einen Befall erkennen** Die beste Methode, um einen Läusebefall zu erkennen, ist das „nasse Auskämmen“. Dafür wird etwas Haarspülung nach dem Waschen in die nassen Haare gegeben, ein wenig einmassiert und ausgespült – genau wie man eine Haarspülung sonst auch anwenden würde. Dann werden die Haare zunächst grob durchgebürstet und dann – Strähnchen für Strähnchen – vom Haaransatz bis zu den Spitzen bei guter Beleuchtung mit einem Läusekamm ausgekämmt. Dabei wird der Kamm jedes Mal auf einem Küchenpapier oder Ähnlichem abgestreift, um zu kontrollieren, ob Läuse darin hängengeblieben sind. Diese Prozedur kann gerade bei langen, vollen Haaren durchaus eine Stunde und länger dauern. Sie wird jedoch dringend empfohlen, da Läuse extrem flink sind und sofort die Flucht ergreifen und das Durchschauen der trockenen Haare deshalb sehr unzuverlässig ist. Erwischen kann man mit dem nassen Auskämmen geschlüpfte Läuse aller Altersklassen, wobei ausgewachsene Tiere mit einer Größe von zwei bis vier Millimetern kaum zu übersehen sind. Frisch geschlüpfte Nymphen dagegen sind mit einer Größe von nur einem Mil-



© © YSach / iStock / Getty Images

limeter mit dem bloßen Auge schon schwieriger zu erkennen. Abhängig von der Sehstärke kann eine Lupe hilfreich sein. Nissen wiederum sind oft so klein (bis 0,8 Millimeter), dass sie sich mit einem Läusekamm nicht zuverlässig auskämmen lassen. Sind sie bräunlich und befinden sich nah an der Kopfhaut, so handelt es sich um frische, noch nicht geschlüpfte Eier und einen aktuellen Befall. Sind sie weißlich und weiter als einen Zentimeter von der Kopfhaut entfernt, handelt es sich um leere Eier (sie entfernen sich mit dem Wachstum der Haare etwa einen Zentimeter pro Monat von der Kopfhaut). Ein behandlungsbedürftiger Befall liegt vor, wenn Nymphen, Läuse und/oder volle Nissen gesichtet werden.

**Effektive Behandlung** Die Behandlung erfolgt durch eine Kombination aus einem empfohlenen Läusemittel und nassem Auskämmen. Die Mittel lassen sich aufteilen in solche, die bei den Läusen als Nervengift wirken, und solche auf Silikonölbasis, die die Körperoberfläche mit einer Ölschicht überziehen und die Läuse so ersticken.

Wichtig ist, dass die Behandlung (Läusemittel plus nasses Auskämmen) grundsätzlich zweimal erfolgen muss: an Tag 1 sowie an Tag 8, 9 oder 10. Der Grund ist, dass die Mittel zwar zuverlässig gegen bereits geschlüpfte Läuse wirken, aber nicht sicher gegen die Nissen. Durch die zweite Behandlung werden also auch Läuse, die nach der ersten Behandlung noch nachgeschlüpft sind, abgetötet. Außerdem müssen die Haare nach der Erstbehandlung über zwei Wochen alle vier Tage nass ausgekämmt werden. Ein Besuch der Kita oder Schule ist nach der ersten Behandlung wieder möglich.

### Offene Kommunikation

Wenn ein Läusebefall bei einem Kind entdeckt wird, haben sich die Tierchen fast immer bereits in der Gruppe – zum Beispiel der Schulklasse, der Kindergarten- oder Hortgruppe – ausgebreitet. Deshalb sollten immer sofort alle informiert werden, die es betreffen könnte, damit sie ihre Kinder auf einen möglichen Befall kontrollieren können. Falsche Scham ist dabei nicht angezeigt: Läuse ernähren sich ausschließlich von Blut und nicht von Schmutz – ein Befall hat also nichts mit mangelnder Hygiene zu tun. Und Läuse machen, wenn Kinder im Kindergarten die Köpfe zusammenstecken, einen möglichen Befall auch nicht vom sozialen Status der Eltern abhängig.

Abgesehen vom Eigeninteresse sind Eltern auch gesetzlich verpflichtet, die Einrichtungen, die ihr Kind besucht, zu informieren.

**Putzen und Co.** Die gute Nachricht: Wasch- bzw. Putzaktionen können schlank gehalten werden. Nur Wäsche und Gegenstände, die direkt mit den Haaren in Berührung gekommen sind – also Mützen, Anziehsachen, Schlafanzug, Bettwäsche, Kuscheltiere und Ähnliches – sollten bei 60 °C gewaschen oder alternativ für drei Tage (z.B. in Plastikbeuteln verpackt) aus dem Verkehr gezogen werden. Außerdem sollten Käme und Bürsten mit heißer Seifenlösung gereinigt werden. Falls sie in den letzten Tagen benutzt wurde, sollte man daran denken, auch Kleidung aus der Kita oder der Schule wie beispielsweise Turnsachen zu waschen. Weitere Putzaktionen über diese Maßnahmen hinaus sind nicht nötig. ■

Dr. rer. nat. Anne Benckendorff,  
Medizinjournalistin

# Contramutan® gibt der Erkältung Contra!

- Wirkt gegen typische Erkältungssymptome wie Fieber, Halsbeschwerden, Schnupfen, Gliederbeschwerden
- Mildert den Erkältungsverlauf



Für die ganze Familie

- ✓ Fieber ✓ Halsbeschwerden
- ✓ Schnupfen ✓ Gliederbeschwerden

Contramutan® N Saft. Zusammensetzung: 100 g Saft enthalten: Wirkstoffe: Eupatorium perfoliatum (Wasserdost) ø 4,5 mg, Aconitum D4 9,0 mg, Belladonna D4 9,0 mg, Echinacea angustifolia ø 4,5 g. Sonstige Bestandteile: Xanthan Gum, Sorbitol, Saccharin-Natrium, Aromastoffe, Kaliumsorbat, Citronensäure, gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete: Fieberhafte und grippale Infekte, Katarhe und Entzündungen im Nasen- und Rachenraum. Auch zur Vorbeugung bei erhöhter Ansteckungsgefahr. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen einen der Wirkstoffe, gegen Korbblütler oder einen der sonstigen Bestandteile. Aus grundsätzlichen Erwägungen nicht anzuwenden bei fortschreitenden Systemerkrankungen wie Tuberkulose, Leukosen (bösartige Bluterkrankungen), Kollagenosen, multipler Sklerose (Erkrankungen des Immunsystems), AIDS-Erkrankung, HIV-Infektion und anderen Autoimmun-Erkrankungen. Nebenwirkungen: Sehr selten können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten. Für Arzneimittel mit Zubereitungen aus Sonnenhut (Echinacea) wurden Hautausschlag, Juckreiz, selten Gesichtsschwellung, Atemnot, Schwindel und Blutdruckabfall beobachtet. Hinweis: Nach Einnahmebeginn können sogenannte Erstverschlimmerungen vorkommen, die jedoch ungefährlich sind. Warnhinweis: Enthält 3,6 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten! Cassella-med, Gereonsmühlengasse 1, 50670 Köln.