

To: Fremont 聯合學區家長/監護人

Date: 2016年9月

Subject: 頭蝨通知



過去幾年中，Alameda 縣的頭蝨案例不斷增加。Fremont 的許多學校都有一些零星的案例。有頭蝨的學童將會被送回家以便盡快開始治療。一旦發現頭蝨，會聯絡家長和附上治療說明。我們不會拒絕只有蝨卵的學生。**頭蝨的治療必須 在家進行。**

學生在接受適當的治療，並經檢驗沒有頭蝨後，可以返校上課。治療的目的是控制傳染，預防過度暴露在具危險性的化學物品中，減少學校缺席，以及盡量提高學生的學業表現。

### 如何染上頭蝨？

頭蝨一般經由以下方式傳染：

- 和另一個患者近距離的個人接觸；
- 共用梳子，刷子和梳洗用品；
- 共用帽子，假髮，外套；或
- 在朋友家，學校裡，教堂裡或其他公共地方和他人混用這些物品。



很多人認為不愛乾淨的人才會染上蝨子。其實對頭蝨來說，這是**錯誤**的。常洗澡或洗頭並不能預防蝨子，也不能消除感染。

### 要注意什麼：

仔細檢查時，會看見頭蝨大約是(---)這麼長，灰白色帶黑邊的長形小蟲。蝨子沒有翅膀，**不會飛**。所以很難在一個人的頭髮裡找到頭蝨。

因為肉眼不易發現此小蟲，所以經常是因看見蝨卵才能診斷或發現頭蝨感染。頭蝨是淚滴形狀-尺碼比這個(O)略小，顏色轉變從黃褐色到白色。雌蝨用水泥似的防水物質將蝨卵附著在頭髮上。因此，洗頭或想梳掉肉眼看似頭蝨的頭皮屑或灰塵都無法將蝨卵除去。蝨卵可能看起來像很小的斑點，就像頭髮幹分岔似的。成堆的蝨卵可能在頭髮裡的任何地方，特別是耳後和頸背髮根處。如果是輕微的感染，可能需要仔細檢查整個頭皮才會發現。

控制頭蝨最重要是完成以下一種的治療，如果七到十天後還發現頭蝨的話，再重複治療一次。另外，還應用專除蝨卵的梳子梳頭。梳頭加上去除蝨卵可以縮短感染的時間。加州公共衛生局建議治療和用梳子梳頭去除蝨卵要一併進行。

### 治療：

治療要針對患者和他的個人用品 (例如: 衣服，帽子，梳子，毛巾，寢具 等等)

1. 去除頭蝨特定的藥用洗髮乳和潤髮劑的品牌有 RID, NIX, Ovide, Spinosad, 等等。RID 不須處方即可購買。NIX, Ovide 和 Spinosad 必須有醫生處方。依醫生指示或藥瓶上的標示使用除蝨洗髮乳。**不要過度處理**。
2. 每次治療後要您的孩子穿上乾淨的衣服。
3. 7-10天後重複治療才能殺死新孵出的頭蝨。雖然上述的洗髮乳能很快的殺死蝨子，但可能無法殺死蝨卵。因此除去和梳去所有蝨卵才能預防再次感染。頭蝨的蛋孵化期是 7-10 天。
4. 無論是否有頭蝨的跡象，每個家人成員都應該接受治療。

個人物品(例如：衣服，帽子，梳子，毛巾和寢具等)和環境消毒：因高溫能殺死頭蝨和蝨卵，許多個人物品都可用洗衣機熱水洗滌和烘乾機的高溫熱烘殺菌。華氏 140度20分鐘就可殺死蝨卵，稍低溫度也可殺死爬行的蝨子。將物品置於密封的膠袋內兩星期，以防止蝨卵孵化(蝨卵要六到九天孵化，一般離開頭皮無法孵化)。每天吸塵，直到所有孩子都沒有頭蝨可減少環境傳染的可能性。

床單，枕套和被子等寢具應該要清洗。我們**不建議**在住家環境中使用農藥。**正如所有學校的健康問題，維護學生的隱私和家庭的保密權是同等重要。**

尊敬的，

Cheryl Knight, RN, PNP  
健康服務協調員  
學生支援服務處