

## چگونه شپش را بشناسیم؟



شپش حشره ای کوچک ، که انگل انسان محسوب شده ، بدون بال ، خونخوار ، دارای دو شاخک و سه جفت پای کوتاه ، قادر به پریدن و جهیدن نیست و حرکت لغزشی دارد. طول عمر متوسط شپش ماده سی روز و رنگ آن بین خاکستری تا قرمز متغیر است و می تواند سر ، بدن و عانه (دستگاه تناسلی خارجی) را در انسان آلوده کند. میزبان برخی از انواع شپش ها انسان است ، حیوان نیز میزبان اختصاصی برخی دیگر از انواع شپش ها می باشد. اگرچه بهبود وضعیت بهداشتی ، اقتصادی و اجتماعی تاثیر به سزایی در کاهش آلودگی به شپش داشته است ، اما هم چنان این انگل گسترده جهانی دارد. در حال حاضر در کشورما نیز آلودگی با شپش دیده می شود. آلودگی در تمام گروه های سنی دیده می شود ، ولی شپش سر در کودکان سنین مدارس ابتدایی شیوع بیشتری دارد. اگرچه به طور معمول شپش در جوامع فقیر و متراکم شایع تر است ولی در شرایط همه گیری کلیه طبقات اجتماعی در معرض خطر آلودگی با شپش قرار می گیرند.

### انواع شپش:

سه نوع شپش که به عنوان انگل جوامع انسانی محسوب می شوند ، عبارتند از:

- شپش سر
- شپش تن
- شپش دستگاه خارجی تناسلی (عانه)
- شپش سر

شپش سر بیشتر در کودکان ، به خصوص دختر بچه ها شایع است اما در زنان و پسر بچه ها نیز دیده می شود و با آن که با وضعیت بهداشتی فرد ارتباط دارد ، اما نمی توان بیماری شپش سر را مختص افراد فقیر و با وضعیت بهداشتی نامناسب دانست ،

زیرا کودکان خانواده های مرفه نیز گاه دچار آن می شوند. اندازه شپش سر حدود سه میلی متر بوده (کوچکتر از مورچه های خیلی کوچک) و رنگ آن نیز از قهوه ای تا سیاه می تواند باشد. تخم آن نیز حدود یک میلی متر است که روی پوست سر و موی انسان زندگی می کند و شپش از خون و لایه های سطحی پوست تغذیه می نماید. شپش سر با شپش بدن تفاوت دارد و فقط در ناحیه سر دیده می شود. اغلب آنچه در بیمار مبتلا مشخص است، تخم شپش می باشد که به شکل بیضی شفاف تا سفید رنگ و حدود نیم تا دو میلی متر به ریشه مو به طور مایل و در یک سمت مو می چسبد و به راحتی کنده نمی شود. محل شایع این تخم ها در موهای پشت سر و بالای گوش می باشد. گاه تعداد این تخم ها آنقدر زیاد است که مانند سفیدی مو بروز می کند. غیر از تخم شپش در موارد آلودگی شدیدتر خود شپش نیز در روی موها مشهود است .

### علائم آلودگی با شپش سر

اولین علائم بالینی در سر ، موقعی اتفاق می افتد که شپش شروع به حرکت می کند که معمولا از حاشیه دو طرف سر شروع می شود و بعد به طرف مرکز سر گسترش می یابد. در این هنگام بیمار احساس خارش در سر می کند. به تدریج خارش سر افزایش یافته و در سر خراشیدگی با ناخن پیش می آید. گاهی در موارد پیشرفته غدد لنفاوی اطراف سر در ناحیه گردن برجسته می شود و گاهی خارش شدید سر باعث کندگی پوست ناحیه شده و با اضافه شدن عفونت زرد زخم سر بروز می کند که در چنین مواردی حتما باید به فکر شپش سر بود و باید سر بیمار از لحاظ وجود شپش یا تخم آن معاینه گردد.

## لوسیون دایمتیکون چهار درصد

لوسیون دایمتیکون روغن گیاهی است که مصرف دارویی دارد و به عنوان ضد نفخ در فرآورده های دارویی استفاده می شود. این لوسیون با مکانیسم ایجاد پوشش کامل اطراف شپش و خفه کردن آن ، آلودگی به شپش سر را برطرف می نماید. بر اساس مطالعات انجام شده با توجه به اینکه دایمتیکون یک داروی شیمیایی نیست، عوارض قابل توجهی برای آن ذکر نشده است و از طرفی هیچ گونه منع مصرفی برای گروه های مختلف سنی از جمله کودکان زیر دو سال و زنان باردار ذکر نگردیده است.

### طریقه مصرف لوسیون دایمتیکون:

ابتدا باید لوسیون دایمتیکون چهار درصد از ریشه تا نوک موهای خشک مالیده شود (موها نباید خیس یا مرطوب باشند) باید دقت نمود که تمامی پوست سر کاملاً توسط لوسیون پوشانده شود. پس از هشت ساعت سپس بایستی موها را با شامپو شست و شو داد و با شانه دندان ریز موجود در قوطی ، شپش های مرده و تخم شپش ها را از موها جدا نمود. برای اطمینان از درمان ، یک هفته بعد از استفاده از لوسیون دایمتیکون ، به همان روش قبلی درمان را تکرار کرد. ضمناً در صورتی که فرد دیگری در خانواده آلوده شده باشد، به همین روش درمان شود.

### راه های پیشگیری از شپش سر

- شست و شوی مرتب سر با شامپوهای معمولی و شانه کردن مو به ویژه در جنس مونث
  - عدم استفاده از لوازم شخصی دیگران مثل برس و شانه ، حوله حمام ، روسری و شال ، مقنعه ، چادر ، کلاه
  - عدم استفاده از وسایل آرایش عمومی در آرایشگاه ها
  - دفع به موقع موها در آرایشگاه
  - تمیز کردن مرتب داخل اتاق ها و تخت خواب ها
  - درمان به موقع افراد آلوده جهت پیشگیری از آلوده شدن سایر افراد
- معاینه مرتب موهای دانش آموزان و افرادی که جدید وارد جمع می شوند

## مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت

### دانشگاه علوم پزشکی سمنان

## درمان تخم شپش سر

شست و شوی مرتب سر در افراد آلوده با شامپوی معمولی و آب گرم تعداد شپش های بالغ را به طور چشمگیری کاهش می دهد. تراشیدن موی سر در پسر بچه ها و کوتاه نمودن موی سر در دختر بچه ها کمک به کاهش شپش و تخم آن می کند. لوازم شخصی فرد مبتلا ، از قبیل چادر ، مقنعه ، شال ، روسری ، ملحفه ، کلاه ، وسایل خواب ، شانه ، برس ، گل سر را بایستی به مدت سی دقیقه جوشانند ، هم چنین اتوی کاملاً داغ کشیدن ، در معرض نور خورشید قرار دادن لوازم فوق باعث از بین رفتن شپش و تخم آن می گردد.

## درمان شپش سر با سرکه

راه دیگری نیز برای مبارزه با شپش های سر وجود دارد. به میزان پنجاه درصد سرکه و پنجاه درصد آب ( دولیوان آب و دو لیوان سرکه) را با هم مخلوط کرده ، سپس تمام سر و موها را با این محلول خیس کنید. بعد از چند دقیقه با یک شانه دندان ریز موها را خوب شانه کنید و سپس موها را آبکشی کنید. محلول آب و سرکه کپسول تخم ها را سست می کند و شانه دندان ریز به جدا کردن آن ها از موها کمک می کند. کلیه ضایعات جلدی ایجاد شد در سر فرد مبتلا به شپش بایستی با آنتی بیوتیک مناسب درمان گردد.



شپش سر از فرد مبتلا از طریق تماس مستقیم در ازدحام جمعیت از سری به سر دیگر می تواند برود ، یا از راه تماس با وسایل فرد مبتلا ، مانند بالش ، پتو ، ملحفه ، برس و شانه ، گیره مو ، گل سر ، مقنعه ، شال ، روسری و چادر ، کلاه و حوله حمام و وسایل آرایش مو نیز قابل انتقال است ، بنابراین استفاده از وسایل مشترک شخصی دیگران باعث شیوع بیماری در افراد می شود. زمانی که شیوع شپش در جامعه بالاست ، صندلی اتوبوس های شهری و بین شهری ، تاکسی ها ، سالن های اجتماعات نیز در انتقال و انتشار شپش نقش دارند.

## چگونه شپش سر را درمان کنیم ؟

برای از بین بردن و درمان شپش به دو طریق فیزیکی و دارویی بایستی اقدام کرد ، که به شرح زیر می باشد:

### درمان دارویی شپش سر

مهم ترین داروی انتخابی در درمان شپش فرآورده های پرمترین می باشد که به صورت شامپو و کرم پنج درصد در بازار موجود است. شامپوی (گامابنزن ، مالاتینون) نیز جهت درمان شپش وجود دارد ، با توجه به این که در ایران شامپوی پرمترین در دسترس بوده ، و مناسب برای اطفال و زنان باردار نیز می باشد ، و به طور رایگان از طرف خانه های بهداشت ، پایگاه های بهداشتی ، مراکز بهداشتی درمانی شهری و روستایی در اختیار کلیه افراد آلوده قرار می گیرد ، لذا بایستی خانواده ها نحوه استفاده از آن را به خوبی بدانند.

### نحوه استفاده از شامپوی پرمترین

ابتدا همانند شامپوی معمولی شامپوی پرمترین یک درصد بر روی موهای خشک کاملاً به کف سر و ساقه موها مالیده و ماساژ داده شود ، (موها خیس یا مرطوب نباشد) و پس از مدت ده دقیقه با آب فراوان شسته شود ، سپس موها با شانه دندان ریز شانه گردد. چون مواد موجود در شامپو می تواند تا یک هفته در مو بماند و باعث مسمومیت هم نشود ، بر روی رشک (تخم شپش ) نیز اثر کشندگی دارد، ضروری است پس از ده روز درمان تکرار شود



