

Spring Branch Independent School District

HEALTH SERVICES

What To Do About Head Lice

ANYONE... can get head lice! Head lice pass from person to person by direct contact or by sharing personal objects (combs, towels, headphones, etc.) and the problem can be managed by following the instructions below.

- 1. Check every member of the family.**
Look for tiny white eggs (nits) on hair shafts, especially near the scalp, neck, and behind the ears. Head lice are small, wingless, grayish-white insects. Any family member with lice must be treated.
- 2. Use an effective head lice treatment.**
Safe and effective medications are available by prescription from a physician or nonprescription from a pharmacy.
- 3. Remove as many nits as possible.**
Carefully comb the hair with a special nit removal comb. These combs are usually provided with lice treatment products.
- 4. Wash clothes, bed linens, and towels.**
Use hot water and dry on hot cycle for at least 20 minutes. Items not machine washable must be dry cleaned or stored at room temperature in a tightly sealed bag for at least 2 weeks.
- 5. Soak combs, brushes in hot water.**
The hotter the better, but at least 120° F. Items should be allowed to soak for 10 minutes.
- 6. Vacuum everywhere.**
To make sure the rest of your home is free of lice, vacuum pillows, upholstered furniture, carpets, and mattresses.

Head lice cannot survive without a human host and cannot survive on family pets. By using an effective treatment as directed, performing the steps listed above, and continuing to check heads for 2 – 3 weeks after treatment and periodically thereafter, head lice can be eliminated from your home.

Spring Branch Independent School District

HEALTH SERVICES

Qué Hacer Para Combatir Los Piojos

¡CUALQUIERA... puede contagiarse de piojos! Los piojos se propagan de persona a persona por medio de contacto o al compartir objetos (peines, cepillos, toallas, etc.) y el problema puede combatirse siguiendo las siguientes sugerencias:

- 1. Revise a cada familiar.**
Busque a los pequeños huevacillos (liendres) en cada pelo. Los encontrará principalmente en la nuca y el cuero cabelludo detrás de las orejas. Los piojos son insectos café-grisáceos sin alas. Cualquier familiar con piojos o liendres requiere tratamiento.
- 2. Use un tratamiento efectivo contra los piojos.**
Medicamentos sanos y seguros son efectivos, se pueden conseguir con o sin receta médica en un farmacia.
- 3. Quite todas las liendres.**
Con cuidado peine el pelo con un peine especial para quitar liendres. Normalmente encontrará este peine en el producto que compró.
- 4. Lave la ropa de cama, ropa, y toallas.**
Use agua caliente en un ciclo de por lo menos veinte minutos. Lo que no es lavable, debe lavarse en tintorería o guardarse en bolsas de plástico selladas por dos semanas mínimo.
- 5. Remoje los peines y cepillos en agua caliente.**
Entre más caliente, mejor, por lo menos 120° F grados de temperatura. Se deben remojar por lo menos diez minutos.
- 6. Aspire toda su casa.**
Para asegurarse de que no queden piojos, debe aspirar alfombras, tapetes, cojines, muebles tapizados y por último, colchones.

Los piojos no pueden sobrevivir sin un ser humano y no pueden sobrevivir en sus animales domésticos. Si usted usa un tratamiento efectivo, sigue las direcciones y continúa revisando las cabezas por dos o tres semanas, generalmente los piojos pueden eliminarse de su hogar.