



## Jak pozbyć się wszy i gnid?

Jeżeli podczas przeglądu włosów stwierdzona zostanie obecność żywych wszy należy jak najszybciej wdrożyć odpowiednie postępowanie i leczenie. Wszawica to bowiem nie tylko problem estetyczny, ale również: ryzyko reakcji alergicznych, przenoszenia drobnoustrojów chorobotwórczych oraz bardzo duże ryzyko nadkażeń ran powstałych po ugryzieniu wszy. Ponadto wszawica utrudnia prawidłowe funkcjonowanie, koncentrację i pogarsza jakość snu. Jeżeli stwierdzono we włosach obecność żywych wszy należy wdrożyć odpowiednie postępowanie i leczenie. Do metod zwalczania wszawicy zalicza się:

- metodę mechaniczną
- stosowanie preparatów z apteki
- działania wspomagające np. poprzez stosowanie elektronicznych grzebieni

### Mechaniczny sposób likwidacji wszawicy

Metoda ta polega na systematycznym i regularnym (minimum co 3 dni) **wyczesywaniu wszy z mokrych włosów za pomocą grzebienia z gęsto ułożonymi zębami**. W trakcie tej czynności usuwa się żywe wszy w miarę ich dojrzewania. Niestety skuteczność tej metody nie jest duża – bo wynosi ok 50-60%. Co więcej, jest to metoda pracochłonna i czasochłonna – wymagająca cierpliwości nie tylko ze strony pacjenta (dziecka) ale również ze strony rodzica. Jest natomiast metodą tanią.

## Preparaty na wszy z apteki?

Na półkach aptecznych dostępne są liczne preparaty, wskazane do stosowania w przypadku wszawicy. Można je podzielić na 3 grupy:

- preparaty zawierające **środki owadobójcze** – pestycydy – np. permetrynę
- preparaty zawierające substancje o **fizycznym mechanizmie działania** – np.: dimetikon, oktanodiol, cyklometikon
- preparaty zawierające **wyciągi roślinne i/lub olejki eteryczne**

## Preparaty na wszy zawierające środki owadobójcze

W aptece dostępne są liczne produkty przeznaczone do zwalczania wszawicy. Niektóre z tych produktów zawierają środki owadobójcze – pestycydy np. permetrynę. Warto wiedzieć, że permetryna:

- to substancja o działaniu owadobójczym i jajobójcza
- jej mechanizm działania polega na porażaniu ośrodkowego i obwodowego układu nerwowego wszy – w wyniku czego następuje śmierć pasożyta
- w przypadku jej stosowania konieczne jest powtórzenie aplikacji po 7-10 dniach
- może prowadzić do rozwoju oporności wszy – dlatego też skuteczność jej w leczeniu wszawicy ocenia się na ok 70-80%
- preparaty zawierające permetrynę
- powinny być stosowane ostrożnie przez astmatyków i alergików
- mogą być stosowane u dzieci powyżej 3 roku życia
- mogą powodować zaczerwienienie i podrażnienie skóry głowy
- nie powinny być stosowane kobiet w ciąży i w okresie laktacji

## Preparaty na wszy zawierające substancje o fizycznym mechanizmie zwalczania wszy

Na rynku oprócz produktów zawierających permetrynę znajdują się produkty, które zawierają substancje o fizycznym mechanizmie działania. Do przykładowych związków z tej grupy zalicza się:

### **Dimetikon:**

- działa na zasadzie fizycznej
- pokrywa szczelną warstwą jaja wszy oraz chitynową powierzchnię ciała wszy
- powoduje zaburzenia gospodarki wodnej i zahamowanie wymiany gazowej wszy i ich jaj
- nie ma działania toksycznego
- nie podrażnia skóry
- nie powoduje oporności
- może być stosowany u dzieci powyżej 6 m. ż.
- może być stosowany przez kobiety w ciąży i kobiety karmiące
- może być stosowany przez alergików i astmatyków
- występuje w preparatach o różnej postaci

### **Oktanodiol:**

- działa na zasadzie fizycznej
- powoduje usunięcie woskowej warstwy pokrywającej powierzchnię wszy, dzięki czemu wesz traci wodę i ginie z odwodnienia
- nie ma działania toksycznego
- nie podrażnia skóry
- nie powoduje oporności
- może być stosowany u dzieci powyżej 6 m. ż.
- może być stosowany przez kobiety w ciąży i kobiety karmiące
- może być stosowany przez alergików i astmatyków
- w badaniach klinicznych wykazano, że oktanodiol stosowany regularnie i systematycznie zapobiega nawrotom wszawicy

### **Cyklometikon:**

- działa na zasadzie fizycznej
- odcina dostęp powietrza do aparatu oddechowego wszy, odpowiada za ich uduszenie i w ten sposób szybko eliminuje wszy
- nie ma działania toksycznego
- nie podrażnia skóry
- nie powodują oporności
- może być stosowany u dzieci powyżej 6 m. ż.
- może być stosowany przez kobiety w ciąży i kobiety karmiące
- może być stosowany przez alergików i astmatyków

Inne związki o fizycznym mechanizmie zwalczania wszy:

- olej mineralny
- biococidina

## **Preparaty na wszy zawierające wyciągi roślinne i/lub olejki eteryczne**

Na rynku dostępne są też preparaty zawierające wyciągi z surowców roślinnych i/lub olejki eteryczne np.:

- alkoholowy wyciąg z ziela piołunu, kwiatów wrotyczu z kwasem octowym
- alkoholowy wyciąg z ziela ostróżki polnej z kwasem octowym
- mogą powodować podrażnienie i zaczerwienienie
- mają nieprzyjemny zapach
- są tanie
- olejki eteryczne: rozmarynowy, miętowy, z drzewa herbacianego, lawendy, eukaliptusa, trawy cytrynowej

### **Przykłady produktów na wszy z apteki**

- ALPHANOVA kids balsam - zawiera olej kokosowy

- HEDRIN KOMFORT pianka - zawiera oktanodiol
- HEDRIN RAZ żel w sprayu - zawiera dimetikon
- HEDRIN rozwór przeciw wszawicy - zawiera dimetikon i cyklometikon
- NYDA EXPRESS - zawiera dimetikon
- NYDA PLUS płyn - zawiera dimetikon
- NYDA płyn przeciw wszawicy - zawiera m.in. dimetikon
- PARANIT lotion na wszy i gniady - zawiera olej mineralny i dimetikon
- PARANIT SENSITIVE lotion
- PARANIT szampon leczniczy - zawiera olej mineralny
- PARASIDOSE szampon przeciw wszom i gnidom - zawiera biococidine
- PIPI NITOLIC spray przeciw wszawicy - zawiera m.in. cyklometikon
- SORA FORTE szampon leczniczy - zawiera permetrynę
- SORA MED płyn do zwalczania wszawicy - zawiera dimetikon

## Jak wybrać lek na wszy?

Jak widać powyżej, na aptecznych półkach jest bardzo duży wybór produktów przeznaczonych do leczenia wszawicy. Czasem ciężko wybrać ten odpowiedni dla nas. Warto podczas zakupu takiego produktu zastanowić się **dla kogo ma być on przeznaczony**, czy występują jakieś dodatkowe aspekty takie jak wiek poniżej 3 lat, ciąża, karmienie piersią, alergia, astma, które ograniczają możliwości stosowania produktów. Ponadto należy zwrócić uwagę na **postać danego preparatu** (szampon, lotion, spray, żel w sprayu) oraz informacje na temat **zasad jego stosowania** (a w szczególności na sposób użycia, czas aplikacji, konieczność zmycia, konieczność wyczesywania włosów oraz konieczność powtórnej aplikacji po 7 dniach). W przypadku wątpliwości co do wyboru produktu do leczenia wszawicy należy porozmawiać z farmaceutą, który doradzi właściwy produkt.

## Co warto dodatkowo wiedzieć lecząc wszawicę?

W przypadku stwierdzenia wszawicy niezwykle ważne jest odpowiednie postępowanie, prawidłowe stosowanie produktów zgodnie z instrukcją producenta oraz właściwa profilaktyka. Ważne, aby pamiętać, że:

- podczas stosowania produktów należy bezwzględnie przestrzegać instrukcji producenta
- **w przypadku stwierdzenia wszawicy u jednego członka rodziny konieczne jest leczenie wszystkich domowników**
- w zależności od użytego preparatu konieczne może być dodatkowe wyczesywanie wszy za pomocą grzebienia z gęsto ułożonymi zębami. Grzebień ten każdorazowo po użyciu należy czyścić
- w zależności od użytego preparatu konieczne może być powtórzenie aplikacji preparatu po 7 dniach
- w przypadku stwierdzenia wszawicy wszystkie szczotki i ozdoby do włosów należy dokładnie umyć lub wyrzucić, ubrania i pościel uprać w temp. powyżej 60 st. C i wyprasować je żelazkiem z parą, zabawki umyć i zdezynfekować płynem owadobójczym.

## Profilaktyka wszawicy, czyli lepiej zapobiegać niż leczyć

Wszawica jest problemem dość powszechnym. Szacuje się, że **dotyka ona nawet ok 50% dzieci i młodzieży**. Oprócz standardowego leczenia, niezwykle istotna jest profilaktyka i odpowiednie postępowanie w przypadku stwierdzenia wszawicy. Do **działań profilaktycznych** związanych z występowaniem schorzenia zalicza się:

- edukację społeczeństwa w zakresie rozpoznawania i leczenia wszawicy
- wyrobienie prawidłowych nawyków higienicznych takich jak: systematyczne przeglądy skóry głowy i włosów, używanie przedmiotów osobistych tylko i wyłącznie przez 1 osobę oraz zwracanie dzieciom uwagi na prawidłowe zachowania
- zgłaszanie przypadków wszawicy do placówek, do których dziecko uczęszcza
- właściwa pielęgnacja - na rynku dostępne są preparaty do ochrony przed wszawicą. Zawierają one między innymi oktanodiol, ocet jabłkowy czy olejki eteryczne (eukaliptusowy, lawendowy, arganowy) – systematyczne ich stosowanie może zmniejszać ryzyko zarażenia wszawicą. Przykładowymi takimi preparatami są: <https://www.apteka-melissa.pl/produkt/alphanova-kids-spray-odstraszajacy-wszy-50,29985.html>, <https://www.apteka-melissa.pl/produkt/alphanova-kids-spray-odstraszajacy-ws-50,29986.html>, <https://www.apteka-melissa.pl/produkt/sora-lotion-do-skory-glowy-i-wlosow-100-ml,9849.html>, <https://www.apteka-melissa.pl/produkt/sora-protect-aerazol-na-wlosy-zapobiegajacy-wszawicy-50-ml,27465.html>

Podsumowując, wszawica jest problemem powszechnym i aktualnym. Co istotne jest to choroba, którą można skutecznie i bezpiecznie leczyć i pozbyć się jej całkowicie. Nie jest i nie może być absolutnie tematem tabu i wstydem. Nie powinna być również zatajana w placówce, do której dziecko uczęszcza. Każde stwierdzenie wszawicy powinno być zgłaszane do przedszkola lub szkoły po to, aby poinformować innych rodziców o konieczności przeglądów skóry głowy i włosów ich dziecka a także po to, aby zmniejszyć ryzyko rozprzestrzeniania się tej choroby.