



### شپش سر ( پدیکولوز )

#### تعریف :

شپش یک انگل خارجی است و قدمت آلودگی آن به دوران قبل از تاریخ برمی گردد. از دهه 1990 به بعد در ایالات متحده آمریکا سالانه 6-12 میلیون مورد ابتلا دیده شده است. این انگل در کشورهای برزیل، کانادا، انگلیس، فرانسه، هندوستان و سایر مناطق نیز شایع می باشد.

ابتلا به شپش در سنین مدرسه شایع می باشد و آگاهی از علائم و نشانه های آن در سنین مدرسه راهی موثر در جهت کنترل آلودگی است. شپش از خون انسان تغذیه می نماید. بزاق شپش حاوی مواد ضد انعقادی است که از لخته شدن خون جلوگیری کرده و خارش شدیدی را موجب می شود. در واقع شپش نمی پرد و نمی جهد بلکه حرکت لغزشی دارد. شپش ماده تا ۳۰ روز زندگی می کند و رنگ آن بین خاکستری تا قرمز متغیر است. تخم های شپش ماده کوچک بوده و به ساقه مو چسبندگی پیدا می کند.

شپش به دنبال تماس نزدیک بین فردی یا هنگامی که افراد خانواده در فصول سرد و برای تامین گرمالباس بیشتری می پوشند شایع می باشد. شپش محدود به جامعه یا طبقه خاصی نیست و تمامی طبقات را مبتلا می کند. دخترها بیشتر از پسرها به شپش سر مبتلا می شوند که علت آن تماس سر به سر بیشتر در این جنس می باشد. شپش در آب زنده نمی ماند زیرا از طریق سوراخ های کوچکی که در اطراف بدنش بنام اسپیراکل دارد تنفس می کند به همین دلیل در مناطقی مثل استخر قادر به فعالیت نیست و از طریق شنا و استخر منتقل نمی شود.

آشنایی والدین می تواند در پیشگیری از این آلودگی کمک کننده باشد. اما درک مطالب، تحت الشعاع عوامل مختلفی از جمله سطح تحصیلات و مهارت های ارتباطی والدین قرار می گیرد.

بایستی نحوه پیشگیری از آلودگی به شپش سر برای معلمان و کارکنان در مدارس، آموزش داده شود. این آموزش ها می تواند شامل:

- نحوه تشخیص و درمان شپش سر
- روش های جدید در خصوص مواجهه با شپش سر
- اجرای سیاست های منطقه ای و روش های علمی دانشگاهی برای مدیریت مناسب در خصوص مبارزه با شپش سر
- به کارگیری سیاست ها و قوانین مربوط به ارزشها و حقوق شخصی دانش آموزان و خانواده آنان
- باگرفتن اطلاعات از والدین، کارکنان سطوح اولیه بهداشتی و مربیان بهداشت در مدرسه ها سیاست پیشگیری و مبارزه با پدیکولوزیس را شکل داد و طراحی نمود.

برای دستیابی به این امر (آموزش صحیح و اطلاع رسانی)، لازم است نکاتی را بررسی کرد از جمله:

1- شیوه های غربالگری

2- حساس سازی والدین و اولیاء مدرسه

3- سیاست جداسازی

4- سیاست بازگشت مجدد دانش آموز به مدرسه

سیاست های ثبت شده و مدون و یکسان می تواند پیشرفت پدیکولوژیست پیشگیری نماید. اطلاعات در زمینه پیشگیری و درمان شپش سر می تواند در محتوای آموزشی بهداشتی در مدارس نیز گنجانیده شود.

برنامه آموزشی باید مبتنی بر مدرسه، جامعه و خانواده باشد.

### شپش منحصر به هیچ طبقه خاصی نیست و تمام اقشار را مبتلا می کند.

اگر کودک شما مبتلا به شپش شد بدانید که بدترین اتفاق عالم برای او رخ نداده است و مهم ترین نکته آن است که در این خصوص والدین ترس بخود راه ندهند. البته شپش اگر برای مدتی بدون درمان بماند می تواند مشکلاتی برای سلامتی فرد و دیگران ایجاد کند. بزرگ ترین مشکل ایجاد حس مشمئز کننده ای است که در دوستان و اطرافیان فرد مبتلا بوجود آمده و به مختل شدن روابط بین فردی می انجامد.

ابتلا به شپش یکی از بیماریهای شایع در همه سنین بویژه در سنین مدرسه می باشد.

شپش علاوه بر ناراحتیهایی که در اثر گزش ایجاد می کند، ناقل بیماری تیفوس و تب راجعه نیز می باشد.

بنابراین آگاهی از علائم و نشانه های این بیماری در مدارس، گامی مثبت در جهت کنترل بیماری محسوب می شود.

مشخصات کلی شپش:

حشره ای کوچک، بدون بال و خونخوار است که انگل خارجی بدن انسان بوده و می تواند تن، سر و عانه را آلوده کند. بنابراین سه نوع شپش وجود دارد: 1- شپش سر 2- شپش بدن 3- شپش عانه

تخم شپش، رشک نام دارد و بیضی شکل و سفید رنگ و به اندازه ته سنجاق می باشد و به مو و درز لباسها می چسبد.

محل زندگی:

شپش سر در لابلای موهای سر زندگی می کند و این مناطق (عقب سر و نیز قسمت پشت گوش) را مورد گزش قرار می دهد.

شپش بدن، در مسیر درزهای داخلی و چینهای لباسها زندگی می کند.

شپش عانه در محل عانه است و احتمالاً در سایر نقاط بدن ممکن است مشاهده شود.

علائم :

۱ - علائم ابتلا به شپش سر :

خارش مداوم پشت سر و گردن که ناشی از واکنش حساسیتی نسبت به بزاق شپش می باشد که در حین خون خوردن از بدن انسان به پوست وارد می شود.

اغلب اوقات وجود شپش سر ممکن است بدون علامت باشد و فقط به طور تصادفی توسط والدین، معلمین یا پرستاران مدرسه تشخیص داده شود.

البته باید توجه داشت که عفونت جدید شپش سر همیشه سبب خارش سر نمی شود.

شپش ممکن است انسان هارادره رسانی و با هر جنسیتی مبتلا کند و تاثیرات آن بر وضعیت تحصیلی و حالات عاطفی دانش آموز بارز است.

شپش سر عمدتاً در نواحی پشت گوش و پس سر زندگی کرده و تخم گذاری می کند. در هنگام بیماریابی دقت به این نکته کمک کننده است.

وجود غدد لنفاوی متورم و دردناک در نواحی پس سر و پشت گوش یکی از علائم مهم بیماری است.

تشخیص افتراقی:

بعضی اوقات پوسته های سفیدریز مثل شوره در موم ممکن است با تخم شپش اشتباه شوند. اما باید توجه داشت که تخم های شپش به سختی کنده می شوند چون به قسمت ساقه می چسبند در حالیکه شوره سر یا سایر پوسته ها بر راحتی جابرس برداشته می شوند.

والدین بایستی بدن بال رشک هایی که متصل به موها نیز می باشند بگردند. البته راه تشخیص قطعی با والدین نمی باشد بلکه در صورت مشکوک شدن باید پزشک یا پرسنل بهداشتی آن را تایید نمایند زیرا آنرا راحت ترمی توانند اگرما، حساسیت یا سایر بیماریهای پوستی را از شپش تشخیص دهند.

بر اساس اطلاعات به دست آمده از والدین، گروه پزشکی و مربیان بهداشت می توان سیاست واحدی را برای مبارزه با شپش سر پی گیری نمود.

۲- علائم ابتلا به شپش بدن

الف ( خارش شدید

ب ( ضخیم شدن پوست

۳ - علائم ابتلا به شپش عانه :

الف ( خارش غیر قابل تحمل در ناحیه عانه

ب ( لکه های آبی رنگ

راههای انتقال :

۱ - از طریق تماس مستقیم افراد سالم با افراد آلوده

۲ - از طریق تماس غیرمستقیم بصورت استفاده از وسایل شخصی آلوده « لباسها ، پتو ، ملحفه ، شانه ، برس ، حوله ، کلاه ، روسری و ... )

روش های غربالگری:

غربالگری دسته جمعی معمولاً توصیه نمی شود.

معمولاً در بیماریابی جمعی در مدارس وحشت وترس در بین دانش آموزان پیش می آید. بیاقتن دانش آموزیافر دمبتلابایدوی رابه اولین مرکز بهداشتی درمانی یامربی مدرسه ارجاع داد. بیماریابی فردی اگرچه مناسبتر از بیماریابی دسته جمعی است اما زمان بروپرهزینه است. زمانی سرکودکی را از نظر شپش بررسی می کنید باید از علائم خارش ومانندان آگاه باشد. پشت گوش ها وگردن و فرق سر را از نظر وجود تخم شپش چک نمایید. یکی از تشخیص افتراقی های شپش سر وجودشوره سری می باشد.

شوره سربه آسانی از موی سرنبوده و باعث کنده شدن موی سری می شود.

از نظر جداسازی دانش آموزان نظرات مختلفی وجود دارد. معمولاً با شروع درمان به شرط رعایت نکات مورد نظر (مثل عدم استفاده از وسایل شخصی یکدیگر و مراقبت ویژه تادوهفته) دانش آموز می تواند به مدرسه برود. اما امکان تکرار درمان بعد از 8-10 روز وجود دارد.

درمان:

پاکسازی محیط خانه همزمان با درمان فرد باید صورت پذیرد (شپش سر معمولاً در خارج از سر میزبان بیش از یک روز زنده نمی ماند). موارد زیر نیز توصیه می شوند:

- 1- شستن لباسهایی که اخیراً استفاده شده مانند حوله، رختخواب ومانندان در آب جوش . لباس یا پارچه باید حدود 20-10 دقیقه در آب داغ بماند.
  - 2- فرش ها، موکت و روکش ماشین با جاروبرقی پاک شود.
  - 3- عروسک یا اسباب بازی که کودک با آن می خوابد به شیوه بالا شستشو شود.
  - 4- اگر بعضی اجسام قابل شستشو نیستند باید به مدت دوهفته در کیسه پلاستیکی نگهداری شوند.
  - 5- شانه سر، برس، گل سر و سایر اشیاء همگی با آب داغ؛ باید شسته شوند.
  - 6- درمان کاملاً با نظر پزشک انجام پذیرد و 8-10 روز بعد از درمان دانش آموز مجدداً باید معاینه شود تا در صورت وجود آلودگی فعال درمان عوض یا تکرار شود.
  - 7- استفاده از حشره کش ها توصیه نمی شود.
- باتوجه به موارد ذکر شده آگاهی از فرایندهای زیر برای بررسی بیماری مفیدی باشد.

آیاشک در موها یافت شده است؟

اگر پاسخ مثبت است موها را از نظر شپش زنده بررسی نمایید	اگر پاسخ خیر نیاز به انجام کاری نمی باشد
---	---

آیاشپش زنده و متحرک می باشد؟

اگر پاسخ مثبت است سرپرست یا پدر و مادر بانحوه درمان و پیشگیری در سایر اعضا	اگر پاسخ خیر گاهی موها را از نظر
---	-------------------------------------

شپش زنده بررسی فرمایید	خانواده آشنا شوند (از طریق مراجعه به پزشک عمومی یا متخصص اطفال یا پوست در مراکز بهداشتی درمانی یا درمانگاه) - اگر تخم شپش یا خودشپش یافت شد کودک را به پرستار مدرسه یا مرکز بهداشتی درمانی ارجاع دهید. - ضمنا والدین نیز باید در خصوص درمان و ادامه آن ونحوه بررسی آن و راههای انتقال آشنا شوند.
---------------------------	--

بطور کلی والدین باید در خصوص موارد زیر آموزش داده شوند:

- حقایق و هر آنچه در مورد شپش سر وجود دارد.
- استفاده بجا و آگاهانه از داروهای قابل استفاده در این مورد
- استفاده از شانه های دندان ریز
- آموزش نحوه بیماریابی در سایر افراد خانواده
- اهمیت برقراری دوره جداسازی و بازگشت به موقع دانش آموزان به مدرسه.

عوارض ابتلا به شپش :

- ۱ - خارش شدید در سطح بدن بدلیل تلقیح ماده بزاقی به پوست فرد مبتلا .
- ۲ - عفونت ثانویه مثل زرد زخم که در اثر خاراندن شدید پوست رخ می دهد .
- ۳ - عوارضی دیگر :

خستگی عمومی

افسردگی و پریشانی روانی و بیخوابی

ضایعات پوستی بصورت بثورات ریز قرمز رنگ

راههای پیشگیری:

- ۱ - آموزش به مردم در مورد شستشوی لباس و ملحفه در آب جوش بمدت ۳۰ دقیقه و یا استفاده از ماشین لباسشویی . خشک کن و اتو کردن درزهای لباس برای از بین بردن شپش و رشک .
- ۲ - رعایت بهداشت فردی ( بخصوص استحمام مرتب )
- ۳ - شانه کردن روزانه موی سر
- ۴ - تمیز کردن همه روزه برس و شانه
- ۵ - شستشوی منظم لباسها ، روسری ، کلاه و ...
- ۶ - عدم استفاده از شانه ، برس و کلاه دیگران

۷- پرهیز از تماس با اشیاء و لباسهای فرد آلوده

۸- کنترل روزانه موی سر و بازدید بدن ( در صورت لزوم ) دانش آموزان در مدرسه و ورزشگاهها

۹- گزارش موارد آلوده مشاهده شده به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی

راههای مبارزه :

۱- درمان مناسب فرد و سایر افراد خانواده بطور همزمان طبق دستورهای مراکز بهداشتی درمانی

۲- اطو کردن لباسها ( بخصوص درزهای لباس )

۳- جوشاندن کلیه وسایل شخصی آلوده ( حوله ، ملحفه ، لباسهای زیر و رو و ... ) در آب جوش به مدت حداقل نیم ساعت ( در مورد شپش تن )

۴- شستشوی منظم ویا پودرپاشی وسائل خواب و سایر وسایلی که قابل شستشو نبوده یا شستشوی آنها مشکل می باشد .

۵- استفاده از داروهای ضد شپش ( از جمله شامپو و لوسیون گامابنزن ، شامپو و لوسیون پرمترین در صورت دسترسی و طبق دستور پزشک )

\* در چه مواردی موی سر دانش آموز باید بررسی شود ؟

۱- وقتی یک مورد شپش در کلاس کشف شد تمام دانش آموزان همان کلاس باید بررسی شوند .

۲- برادران و خواهران و اولیاء دانش آموزان مبتلا نیز باید مورد بررسی قرار گیرند .

۳- موارد جدید باید فوراً درمان شوند .

۴- وقتی بیش از سه کلاس یک مدرسه درگیر باشند تمام کلاسهای مدرسه باید از نظر شپش غربالگری شوند .

۵- چک کردن موی سر باید زیر نور کافی صورت پذیرد .

۶- دانش آموز مبتلا زمانی که دوره درمانش تمام شد یا تمام تخم ها از موهایش زدوده شد باید پذیرفته شود .

۷- دانش آموز مبتلا باید بمدت ۱۴ روز مورد بررسی روزانه قرار گیرد .

۸- اعضای خانواده باید تا ۱۰ روز موهایشان از نظر ابتلا به شپش مورد بررسی روزانه قرار گیرد .

در مبارزه با شپش ، فرد آلوده و کلیه افراد خانواده و سایر افرادی که با او در تماس نزدیک می باشند باید نکات بهداشتی را رعایت کنند .

زیر نظر دکتر محمد مهدی گویا  
مترجمان و گردآورندگان:  
خانم دکتر گلایل اردلان  
آقای دکتر محمد مهدی ریاضی  
خانم روشنک نمازی  
خانم طاهره امینایی