



Hodelus  
(Illustrasjon:  
Hallvard Elven)

## Vanlig stilte spørsmål om hodelus

Helsesøstre, leger, barnehager og skoler med kommentarer og forslag til andre relevante og ofte stilte spørsmål, kan sende dette til [skadedyr@fhi.no](mailto:skadedyr@fhi.no)

<b>LUS PÅ SKOLEN/I BARNEHAGEN</b>	<b>2</b>
Må barnet sendes hjem fra skole/barnehage straks det oppdages at barnet har lus?	2
Når kan barnet begynne på skolen/barnehagen igjen?	2
Må skolen/barnehagen stenge?	2
Skal helsesøster sjekke og behandle alle på skolen for lus?	2
Hva bør skolen/barnehagen gi av informasjon til hjemmet?	2
Har foreldre plikt til å opplyse om at barnet er smittet av lus?	2
<b>HVORDAN SMITTER HODELUS?</b>	<b>2</b>
Hvordan smitter hodelus?	2
Hva kan man gjøre for å unngå å bli smittet av hodelus?	2
I hvilken aldersgruppe er hodelus mest vanlig?	2
Er det lettere å få lus i langt hår?	2
Noen får lettere myggestikk enn andre på grunn av bl.a. blodtype. Gjelder det samme for lus?	2
Kan kjæledyr bli smittet med lus?	3
Kan hodelus fly, svømme eller hoppe?	3
Kan lus smitte i svømmebasseng?	3
Kan lus smitte via tøy som henger nært inntil hverandre i en garderobe?	3
Kan hodelus smitte via klær og møbler? Friske	3
Har hodelus sammenheng med dårlig personlig hygiene?	3
Er hodelus også på andre kroppshår?	3
Kan hodelus overføre sykdommer?	3
Hvilke andre lusetyper kan vi ha på kroppen?	3
<b>HVORDAN OPPDAGE HODELUS?</b>	<b>4</b>
Hvordan sjekker man for lus?	4
Kan jeg se lus og egg med det blotte øyet?	4
Hvordan vet jeg at det er luseegg i håret og ikke noe annet?	4
Jeg trodde det var mest vanlig at luseegg sitter i nakken og bak ørene, men har kun funnet luseegg oppå hodet (i skillen og bakover). Er dette tilfelle?	4
Jeg klør i hodebunnen – kan det være lus?	4
Hvis det ikke klør i hodet, da har jeg vel ikke lus?	4
<b>BEHANDLING AV LUS MED LUSEMIDDEL</b>	<b>5</b>
Må hele familien og venner behandles med lusemiddel?	5
Skal man behandles om man bare finner egg og ingen levende lus i håret?	5
Hvilke lusemidler blir anbefalt?	5
Hvordan skal lusekuren utføres?	5
Jeg har gjennomført behandlingen, men ser fortsatt egg i håret – hva gjør jeg?	5
Jeg har gjennomført behandlingen, men finner fortsatt levende lus – hva gjør jeg?	5
<b>ANDRE SPØRSMÅL OM BEHANDLING</b>	<b>6</b>
Er kjemming alene nok til å bli kvitt hodelus?	6
Hjelper badstue mot lus?	6
Hjelper dykking eller bading i basseng med klør?	6
Kan lusene forsvinne av seg selv?	6
Hjelper det å klippe håret kort?	6
Må vi vaske hele huset?	6
Hvor lenge overlever hodelus?	6

## Lus på skolen/i barnehagen

### **Må barnet sendes hjem fra skole/barnehage straks det oppdages at barnet har lus?**

Nei, det er ikke nødvendig å sende barnet hjem da det trolig har hatt lus i lang tid, gjerne flere måneder. Flett gjerne håret eller benytt et skaut, lue eller annet tettsittende hodeplagg for å redusere smittefaren.

### **Når kan barnet begynne på skolen/barnehagen igjen?**

Barnet skal begynne på lusekur (se under behandling om anbefalt lusekur) så fort som mulig. Dagen etter den første kuren kan barnet sendes til barnehage/skole.

### **Må skolen/barnehagen stenge?**

Nei, det er ikke nødvendig å gi undervisningsfri for berørte klasser eller stenge avdelinger i barnehagen. Kroppsøvings- og svømmetimen kan også gå som normalt.

### **Skal helsesøster sjekke og behandle alle på skolen for lus?**

Nei, det er foreldrenes ansvar å sjekke og behandle barna for lus. Helsesøster skal være tilgjengelig for råd og veiledning. Hun kan eventuelt hjelpe til med behandling hvis de pårørende ikke viser vilje til å bli kvitt hodelusa.

### **Hva bør skolen/barnehagen gi av informasjon til hjemmet?**

Det er lurt å dele ut et faktaark om hodelus og behandling til den berørte klassen/avdelingen eller hele skolen/barnehagen. Barna bør også informeres om hvordan lus smitter. Identiteten til de barna som har hodelus skal ikke oppgis av skolen/barnehagen.

### **Har foreldre plikt til å opplyse om at barnet er smittet av lus?**

Det er i alles interesse at skolen/barnehagen og foreldre til fritidsvenner får vite når et barn har hodelus. Sannsynligvis er også noen av vennene smittet, og barnet kan raskt bli smittet på nytt etter at det har tatt lusekur.

## Hvordan smitter hodelus?

### **Hvordan smitter hodelus?**

Hodelus smitter ved hode- til hodekontakt, for eksempel ved at man lener hodene inntil hverandre, gir hverandre en klem eller hvisker hverandre ting i øret.

### **Hva kan man gjøre for å unngå å bli smittet av hodelus?**

Man kan forsøke å unngå hodekontakt om man vet at noen i omgangskretsen er smittet. Undersøk hele familien jevnlig med lusekam, slik at de som har hodelus kan behandles før de rekker å smitte andre.

### **I hvilken aldersgruppe er hodelus mest vanlig?**

Hodelus er vanligst hos barneskolebarn, men både barn og voksne kan få lus.

### **Er det lettere å få lus i langt hår?**

Alle med hår – langt eller kort, slett eller krøllete, kan få hodelus. Personer med langt hår har oftere hodelus enn andre. I hår kortere enn 0,5 cm kan ikke hodelus overleve.

### **Noen får lettere myggestikk enn andre på grunn av bl.a. blodtype. Gjelder det samme for lus?**

Det er vitenskapelig bevist at noen tiltrekker seg mygg mer enn andre. Når det gjelder hodelus er man usikre. Det man vet er at sjansen for å få hodelus øker med antall hoder man har nærkontakt med.

### **Kan kjæledyr bli smittet med lus?**

Nei, hodelus går bare på mennesker. Kjæledyr kan verken bære eller overføre hodelus.

### **Kan hodelus fly, svømme eller hoppe?**

Nei, det kan de ikke. Hodelus beveger seg svært dårlig utenfor håret, siden de har krummede føtter og klør som er lagd spesielt til å krype langs og mellom hårstrå med. De kan holde seg flytende i vann, men ikke svømme.

### **Kan lus smitte i svømmebasseng?**

Nei, forsøk viser at lusa straks den blir våt klamrer seg fast til hårstråene, og at den går inn i en urørlig tilstand der den ikke vil smitte mellom hoder. Friske lus vil ikke slippe taket, så lus vil ikke drive rundt i bassenget.

### **Kan lus smitte via tøy som henger nært inntil hverandre i en garderobe?**

Nei, hodelusa beveger seg svært dårlig utenfor håret fordi dens føtter er tilpasset for å bevege seg i hår. Se også spørsmål om smitte via klær og møbler nedenfor.

### **Kan hodelus smitte via klær og møbler?**

Friske lus forlater vanligvis ikke hodet uten grunn. Lus man eventuelt ser på stoler, puter o.l. er normalt døde, syke, gamle eller lusehuder. Det er lite sannsynlig at disse går på nye hoder. Om en frisk lus detter av hodet, kan den ved 25-37 °C overleve i 10-14 timer. Ved 15 °C og høy fuktighet kan lusa overleve i inntil to døgn utenfor hodet. Lenge før lusa dør vil den bli så dehydrert og medtatt at den ikke lenger vil kunne suge blod. Bena til lusa er dessuten konstruert for å gripe tak i hårstrå, og utenfor hodet beveger den seg dårlig. Vask av møbler, klær og flater er derfor unødvendig ved lusesmitte. I en australsk studie ønsket man å finne ut om hodelus kunne spres med luer. Til tross for at flere tusen luer ble sjekket for hodelus og mange av barna i studien hadde hodelus, ble det ikke funnet noen lus i luene. Vi vil likevel ikke si at det er umulig at lus kan smitte gjennom hodeplagg, og vi anbefaler å være forsiktig med å låne hodeplagg av en som har lus.

### **Har hodelus sammenheng med dårlig personlig hygiene?**

Det er ikke større sannsynlighet for å få hodelus i ustelt hår enn i nyvasket og kjemmet hår. Lusa overlever vanlig hårvask og kan faktisk overleve under vann i flere timer.

### **Er hodelus også på andre kroppshår?**

Hodelus lever nesten utelukkende i hodehår. Bare i tilfeller med ekstremt stor lusebestand kan lusa finnes i hår andre steder på kroppen.

### **Kan hodelus overføre sykdommer?**

Nei, men hodelus kan føre til irritasjon i hodebunn. Gjentatt kløe kan føre til infeksjon av småsår i hodebunnen.

### **Hvilke andre lusetyper kan vi ha på kroppen?**

Det finnes lus som går på kroppshår (kroppslus) og legger sine egg i klær, men disse er sjeldne i Norge. Flatlus går på kjønnshår, andre kroppshår, øyevipper og øyebryn, og forekommer stort sett bare hos seksuelt aktive voksne personer. Flatlusa er blitt meget sjelden i Norge. Lus fra dyr kan komme over på mennesker, men overlever bare i svært kort tid.

## Hvordan oppdage hodelus?

### Hvordan sjekker man for lus?

En lusesjekk utføres ved hjelp av lusekam, forstørrelsesglass og godt lys. Det er viktig å gre nøye med en fintannet kam i fuktig eller tørt hår. Vi anbefaler å fukte håret fordi dette hemmer lusenes bevegelse, slik at de ikke vil kunne smette fra ugredd hår og inn i allerede gredde deler av håret, og således hindre at vi får øye på dem. Legg et hvitt håndkle over skuldrene når du kjemmer vått hår, og sjekk både håndkleet og kammen for lus og egg. Lusene er små og et forstørrelsesglass vil være nyttig for mange. Du bør tørke kammen av på et papir. Eventuelle lus vil da tørke i løpet av et par minutter, og man vil se at de beveger seg.

Noen foretrekker å utføre lusesjekken i tørt hår. I tørt hår beveger lusene seg, og de kan derfor være lettere å få øye på, i hvert fall hvis de er mange. Den som blir gredd kan da stå bøyd over et stort hvitt ark, og man grer fra hodebunnen og ned mot arket. Det viktigste er at man sjekker for hodelus, uansett om man grer i vått eller tørt hår.

### Kan jeg se lus og egg med det blotte øyet?

Ja, men for å se detaljer må du benytte lupe/forstørrelsesglass. En historie fra en mor med to døtre: ”Jeg skulle sjekke døtrene mine på 4 og 8 år for lus med en lusekam. Siden 4-åringen leker mye i sandkassen tenkte jeg ikke noe videre over at jeg så sorte små sandkorn i hodebunnen ... Etter anbefalinger om å gå til innkjøp av forstørrelsesglass/lupe, gjorde jeg det. Overraskelsen var stor da jeg brukte lupen oppi hodebunnen til 4-åringen! Det var ikke små sorte sandkorn, men lus som krøp! Derfor oppfordres alle som har barn til å gå til anskaffelse av forstørrelsesglass/lupe. Dette er også til god hjelp for å se etter luseegg.

### Hvordan vet jeg at det er luseegg i håret og ikke noe annet?

Egg forandrer ikke størrelse, de er 0,8 mm lange, og alle uklekte egg ser like ut. Egg som er klekket eller drept av lusemidler vil gradvis slites av håret. Egg er godt festet til hårstråene og skilles derfor lett fra flass som er løst.

### Jeg trodde det var mest vanlig at luseegg sitter i nakken og bak ørene, men har kun funnet luseegg oppå hodet (i skillen og bakover). Er dette tilfelle?

Ja, det er vanlig at lusa liker seg fra skillen og nedover i nakken og bak ørene. Lus kan man imidlertid finnes hvor som helst i håret.

### Jeg klør i hodebunnen – kan det være lus?

Det er mange andre problemer enn lus som kan føre til kløe i hodebunnen. Flass er for eksempel et typisk problem som kan føre til kløe. Merker man at det drysser hvite flak fra hodebunnen ved kjemming er problemet flass og ikke hodelus. En vil aldri oppleve at hodelus drysser fra håret.

### Hvis det ikke klør i hodet, da har jeg vel ikke lus?

Man kan ha hodelus selv om hodebunnen ikke klør, fordi det kan ta lang tid, ofte flere måneder, fra man blir smittet av hodelus til det oppstår en irritasjon av hodebunnen. Likeledes kan man klø i hodebunnen lenge etter at man er kvitt lusa fordi reaksjonen på lusebittene sitter i.

## Behandling av lus med lusemiddel

### Må hele familien og venner behandles med lusemiddel?

Nei, bare de som får påvist levende hodelus skal behandles, fordi det alltid er en liten fare for bivirkninger. For å unngå gjensmitte er det viktig at alle i omgangskretsen med lus behandles samtidig. De i omgangskretsen som ikke får påvist lus, inkludert foreldre og gjerne besteforeldre, bør sjekkes for lus jevnlig i de neste to til tre ukene.

### Skal man behandles om man bare finner egg og ingen levende lus i håret?

Nei, ikke hvis man har tatt lusekur tidligere. Man kan finne rester av tomme og døde egg lenge etter at man er blitt kvitt hodelusene. Ser man egg nær hodebunnen lenge etter at man har tatt lusekur eller aldri har tatt lusekur, har man mest sannsynlig lus. Lusene kan være vanskelige å oppdage. Gre systematisk med lusekam.

### Hvilke lusemidler blir anbefalt?

På apotek, helsekostbutikker etc. kan man få kjøpt mange ulike produkter mot hodelus, både legemidler og medisinsk utstyr. I Norge er legemidler med virkestoffene malation (Prioderm og Malation) og permetrin (Nix-sjampo) godkjent. Når et legemiddel blir godkjent skal det foreligge omfattende dokumentasjon på bl.a. effekt og eventuelle bivirkninger. I mange land er det nå påvist resistens mot legemidler som inneholder malation og permetrin, for eksempel i Sverige. I Norge tyder alt på at malation har god virkning, men vi har sett tegn på resistens mot permetrin.

Virkestoffene i de medisintekniske midlene er dimetikon (et silikonpreparat), planteoljer eller en kombinasjon av disse. Medisinsk utstyr skal være CE-merket for å kunne selges i Norge. Et av kravene for CE-merking er at produsenten skal ha klinisk dokumentasjon som beviser at utstyret har den effekt produsenten påstår det skal ha, og utstyret skal ikke ha bivirkninger utover de som måtte være oppgitt. Det finnes etter hvert en del dokumentasjon på at dimetikonprodukter har god effekt. Effekten av planteoljer er mindre godt dokumentert.

Uansett hvilket lusemiddel du velger: følg alltid bruksanvisningen nøy!

### Hvordan skal lusekuren utføres?

Følg bruksanvisningen nøy! Bruk helst lusekam i tillegg. Om midlet du har brukt ikke er 100 prosent dødelig på lusene, vil midlet vanligvis lamme lusene en stund. Mens de er lammet kan lusene kammes ut av håret. Ingen av dagens lusemidler dreper alle eggene. Behandlingen må derfor gjentas etter 8-10 dager (da har overlevne egg klekket og lusene kan drepes). Det er viktig å kontrollere håret daglig i tre uker etter siste behandling.

### Jeg har gjennomført behandlingen, men ser fortsatt egg i håret – hva gjør jeg?

Eggene, eller rester av eggene, sitter godt festet til hårstråene selv om de er klekte eller døde. Det er derfor vanlig å se tomme eller døde egg i håret lenge etter at man har hatt lus. Finner du egg nærmere enn 1 cm fra hodebunnen lenge etter at du har tatt lusekur, bør du være på vakt. Eggene legges som oftest her, og med tanke på at håret vokser ca 1 cm i måneden er dette et tegn på nylagte egg. Ser du noe som sitter i hårstrået helt innerst mot hodebunnen, og ikke på siden av hårstrået, er det snakk om hårsekken og ikke egg.

### Jeg har gjennomført behandlingen, men finner fortsatt levende lus – hva gjør jeg?

Les bruksanvisningen nøy en gang til for å sjekke at behandlingen er blitt utført korrekt. Det er viktig at det er benyttet nok middel og at midlet får sitte i håret så lenge som det står i bruksanvisningen. Husk også at behandlingen må gjentas etter 8-10 dager fordi midlene ikke

dreper alle eggene. I dagene etter første behandling vil du derfor kunne finne levende lus som har klekket fra eggene.

Tenk også etter om de levende lusene kan være ny smitte. Hvis du finner voksne lus (2-3 mm) rett etter en behandling er dette tegn på gjensmitte. Det er viktig at alle i omgangskretsen, både barn og voksne, sjekkes for hodelus og behandles samtidig.

Hvis behandlingen er gjort etter bruksanvisningen og gjensmitte er usannsynlig, kan det tyde på at lusene er resistente (motstandsdyktige) mot midlet. Du bør da forsøke et lusemiddel med et annet virkestoff. Spør på apoteket.

## Andre spørsmål om behandling

### Er kjemming alene nok til å bli kvitt hodelus?

Det er mulig å bekjempe hodelus ved kjemming med en fintagget kam (lusekam). Kjemming er imidlertid svært tidkrevende og vanskelig fordi lusa kan flytte seg fra et område man ikke har kjemmet til et område som nettopp er kjemmet.

### Hjelper badstue mot lus?

Nei. Temperaturen i hodebunnen stiger bare et par grader ved opphold i badstue og det er ikke nok til å drepe lus.

### Hjelper dukking eller bading i basseng med klor?

Nei. Hodelus som sitter i håret tåler å være under vann i lang tid og de tåler også klor- og saltvann.

### Kan lusene forsvinne av seg selv?

Lus forsvinner normalt ikke av seg selv. En ensom hannlus eller en ensom hunn lus som ikke har rukket å pare seg, vil dø etter en tid. Hunnlusa vil kunne legge egg, men disse er uten foster.

### Hjelper det å klippe håret kort?

Hodelus liker seg også i kort hår. Unntaket er hvis en klipper håret kortere enn 0,5 cm, da vil lusa trives dårlig. Spesielt til de helt yngste barna kan klipping av håret til mindre enn 0,5 cm være et behandlingsalternativ. Det kan også være lettere å finne lus i kort hår.

### Må vi vaske hele huset?

Nei, det er ikke nødvendig å vaske og støvsuge huset. Man skal heller ikke spraye huset med insektmiddel. Det kan likevel være lurt å vaske sengetøyet av hygieniske grunner, siden det kan være gamle lus, rester av gammel hud og avføring fra lusa på det. Hodeplagg, børster og kammer kan puttes i fryseren i fire timer.

### Hvor lenge overlever hodelus?

Hodelusas eneste næringskilde er blod fra hodebunnen. Uten beskyttelsen og næringen som hodebunnen gir, overlever hodelus i maksimalt ett til to døgn. Allerede etter noen timer vil lusa være så svekket at den er dødsdømt.