

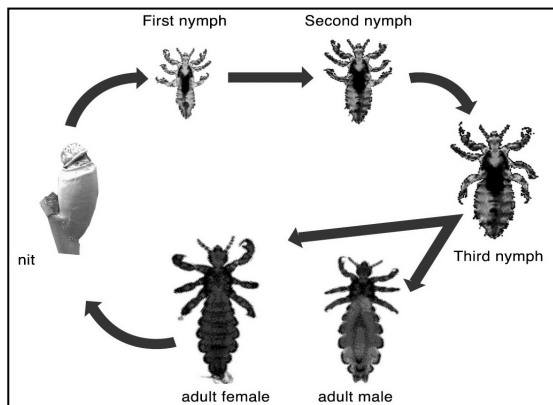
Vaške u kosi – sve veći problem

Problemi vezani za vaške znatno su se povećali tokom poslednjih 10 godina. Vaške napadaju prvenstveno decu u uzrastu od 3 do 11 godina. Problemi se najčešće primećuju na početku polугоdā u obdaništima i školama, ali se napadi dešavaju tokom cele godine. Ovu brošuru smo napisali da bismo vama, kao roditelju, dali više informacija o vaškama u kosi i raznim načinima njihovog uklanjanja.

Vaške ne mogu ni skakati ni leteti. Za širenje vaški potreban je, dakle, blizak kontakt s kosom zaražene osobe. Vaške nisu znak da nedovoljno vodite računa o svojoj higijeni. Štaviše, vaške se mnogo bolje nakupljaju u čistoj kosi. Ako dobijete vaške, važno je da o tome obavestite sve ljude u svom okruženju, kako bi se moglo utvrditi odakle je zaraza potekla. Naime, sve zaražene osobe treba da primaju tretman u isto vreme, jer u protivnom postoji velika opasnost od ponovnih napada. Radi ranog otkrivanja vaški i njihovog što bržeg uklanjanja, valjalo bi da vam u naviku pređe da redovno češljate kosu češljem protiv vaški.

Kako da otkrijem vaške?

Vaške su mali insekti, veličine od 2 do 3 mm i najčešće sivo-žute boje. Ponekad im se boja ne razlikuje od boje kose. Vaške se često nakupljaju u donjem delu vlasišta, gde polažu gnjide (jajašca), naročito iza ušiju ili uz potiljak. Progrizaju kožu da bi se mogle hraniti krvlju. Njihovi ujedi stvaraju svrab, na osnovu kojeg možete otkriti vaške. Neke osobe, posebno odrasli, mogu imati vaške, a da ne osećaju svrab. Zbog toga je važno da se svi članovi vaše porodice redovno češljaju češljem protiv vaški kako bi ste mogli otkriti eventualni napad.



Životni ciklus vaške

Životni ciklus vaške

Prosečna vaška živi oko 6 nedelja. Njen životni ciklus se sastoji od tri stadijuma: od gnjide do nimfe, te od nimfe do stasale vaške. Proces pretvaranja iz gnjide u nimfu traje otprilike 10 dana, a proces pretvaranja iz nimfe u vašku dodatnih 9 dana. Dakle, vaški je za preobražaj iz gnjide u stasalog insekta potrebno oko 3 nedelje. S obzirom na to da ženka za svog života može položiti od 150 do 300 gnjida, vaške mogu u kratkom vremenu da se razmnože u velikom broju. Ako, na primer, dobijete dve vaške, moguće je da ćete nakon nekoliko nedelja imati više od 200 vaški i gnjida. Ponekad je teško videti novoizlegle vaške, ali se bolje vide kad počnu da sišu krv.



Gnjida prionula za vlas kose, uvećana slika.



Gnjide i prazne čaure, u prirodnoj veličini.

Jajašca vaške su veličine oko 1 mm i ponekad ih zovemo gnjide. Smeđe su ili žuto-bele boje i liče na male kapi vode. Gnjide se u donjem delu vlasišta lepe za vlasi kose izlučevinom sličnoj lepilu, zbog čega ih je jako teško iščešljati iz kose. Budući da se gnjide čvrsto lepe za vlasi kose, a kosa čitavo vreme raste, položaj gnjida ili njihovih praznih čaura može ukazati na to kad se zaraza pojavila. Kosa raste brzinom od oko 1 mm svaka 3 dana. Dakle, ako se gnjida smestila 1 cm od korena vlasi, stara je oko mesec dana, i u tom se slučaju sigurno izlegla ili je uginula. Izlegla jajašca su svetlije boje od neizleglih.

Što pre uspete da prekinete životni ciklus vaške, to ćete se brže rešiti problema. Veoma je važno da se pažljivo češljate i da zaista odstranite gnjide.

Vaške nisu povezane s nedostatkom lične higijene!

Mnogi ljudi se srame problema koje imaju s vaškama i misle da im je uzrok loša lična higijena, ali to nije tačno. Vaške se više razmnožavaju u kratkoj čistoj kosi jer se u njoj lakše kreću i lepe svoja jajašca. Dakle, veći uzrok našim današnjim problemima je nedovoljno znanje o vaškama. Broj ljudi koji se redovno pregledava je malen, jer se mnogi ne usuđuju nekome reći da imaju vaške!

Koji tretmani protiv vaški postoje?

Postoji više različitih proizvoda i tretmana pomoću kojih se možemo boriti protiv vaški. Najzastupljeniji su hemijski, prirodni i kućni preparati, kao i plastični i metalni češljevi. Iščešljavanje vaški jedan je od glavnih metoda u svim tretmanima u kojima se koriste sredstva protiv vaški.

Hemijski preparati

U hemijske preparate ubrajamo sredstva koja utiču na centralni nervni sistem vaške i uzrokuju njenu smrt. Međutim, ovi preparati ne uništavaju gnjide, pa se zato tretman mora ponoviti 10 dana kasnije kako bismo uništili gnjide koje su izlegle nove vaške. Za uklanjanje vaški hemijskim preparatima potrebne su 2 nedelje. Ova se sredstva svrstavaju u lekove i možete ih kupiti s receptom, ali i bez njega. Sredstva protiv vaški su jaka i mogu kod osetljivih ljudi dovesti do alergijskih reakcija.

Prirodni i kućni preparati

Prirodni preparati se najčešće zasnivaju na uljima, npr. anisovom, kokosovom ili ulju čajevca. Ona zapušavaju disajne puteve vaški, usled čega se one guše, i otežavaju prijanjanje vaški i gnjida za vlasi kose. Ovi preparati ne uništavaju gnjide, pa je zato tretman potrebno ponoviti nekoliko dana kasnije da bi odstranila sve gnjide koje su izlegle nove vaške. Za uklanjanje vaški prirodnim preparatima potrebne su 2 nedelje. Ovi preparati mogu dovesti do alergijskih reakcija kod ljudi koji su osetljivi na njihov sastav ili miris. Što se kućnih preparata tiče, ima ih raznih i koriste se za uništavanje vaški ili za njihovo lakše uklanjanje iz kose.

Češljevi protiv vaški

Češljevi se koriste za otkrivanje i uklanjanje živih ili uginulih vaški. Njihov kvalitet mnogo varira. Mnogi češljevi su izrađeni od plastike i imaju kratke zupce koji obično nisu raspoređeni dovoljno gusto. Pored toga, ovi češljevi ne zadržavaju oblik prilikom češljanja, što znači da je teško iščešljavati vaške, naročito iz duge kose.

Danas se može kupiti i češalj koji, osim vaški, iz kose uklanja i gnjide. Češalj NitFree na zupcima ima izreckane mikrokanale te uništava i uklanja gnjide u isto vreme dok iščešljava vaške. Ovaj češalj predstavlja dobru alternativu za alergičare koji ne podnose sredstva protiv vaški.

Bez obzira na to koji tretman izaberete, najvažnije je da se što pre moguće prekinu životni ciklus vaške kako biste se vi što brže mogli osloboditi vaški. Zato izaberite tretman ili proizvod za koji mislite da najdelotvornije uklanja gnjide.

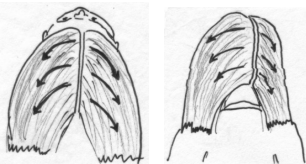
Češljanje je najvažnije od svega!

Agencija za lekove i medicinska sredstva, Zavod za zaštitu od zaraznih bolesti, Apoteket, Zavod za zdravstvenu zaštitu dece i školske dece, kao i drugi organi, naglašavaju da je važno da se pri svakom tretmanu protiv vaški upotrebljava češalj.

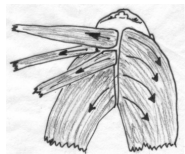
Koji je najbolji mogući način da se češljam?

Uzmite običan češalj ili četku i razmršite sve umršene pramenove kose. Lagano navlažite kosu, a zatim počnite češljati kosu što je moguće gušćim češljem za vaške. Možete eventualno pošpricati i malo losiona za kosu da bi češalj lakše klizio kroz kosu. Da biste bolje mogli videti vaške i gnjide, kosu možete češljati iznad komada belog papira ili ogledala.

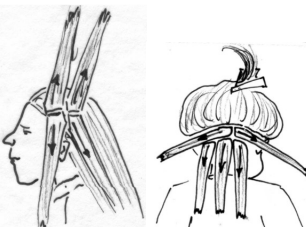
1. Počnite s temenom. Napravite okomit razdeljak i razdelite kosu u delove.



2. Raščešljavajte delove jedan po jedan, i zapamtite da ih držite odvojeno od onih još neraščešljanjih. Nastavite prema potiljku.



3. Obratite posebnu pažnju prilikom češljanja uz koren i niz potiljak zato što se vaške obično tu nakupljaju.



Kada završite, dobro očistite češalj. Metalne češljeve možete sterilisati za nekoliko minuta u vreloj vodi.

Savet! Izaberite češalj za vaške koji ima gusto poredane zupce da bi se stvarao manji otpor dok ga provlačite kroz kosu. Time ćete pri svakom pokretu iščešljati mnogo više vaški.

Saveti za uklanjanje vaški

Kako da izbegnem zarazu?

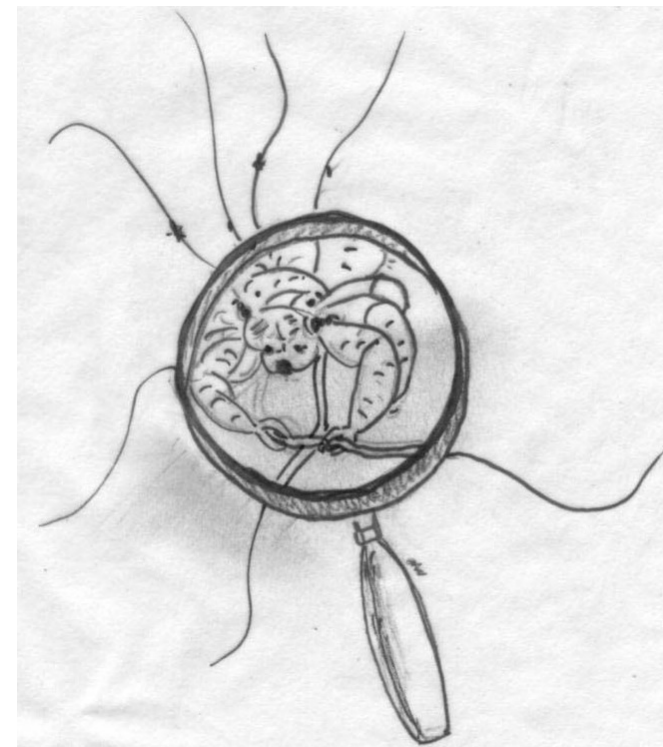
- ✓ Odvojite potrebno vreme i redovno češljajte kosu češljem protiv vaški u preventivne svrhe. Nemojte da zaboravite da češljate sve članove svoje porodice! Što pre otkrijete problem, to ćete ga brže rešiti.
- ✓ Učestvujte u akcijama uklanjanja vaški početkom semestara ako ih organizuje vaše obdanište ili škola.
- ✓ Brižljivo iščešljavajte kosu jer su vaške i gnjide male i često se slabo vide.
- ✓ Ne nosite kape drugih ljudi i ne koristite njihove češljeve ili četke.
- ✓ Ne upotrebljavajte hemijska sredstva u preventivne svrhe jer ona mogu stvoriti otporne sojeve vaški.

Šta da uradim u slučaju zaraze?

- ✓ Pre svega, brižljivo iščešljajte kosu svih članova porodice češljem protiv vaški da biste proverili da li je zaraza prešla na još nekoga.
- ✓ Iščešljajte sve zaražene članove porodice u isto vreme.
- ✓ Uvek se držite uputstava za tretman.
- ✓ Da biste usporili širenje vaški, važno je da prekinete njihov životni ciklus što je pre moguće. Zato izaberite onaj tretman ili proizvod za koji mislite da najdelotvornije uklanja vaške.
- ✓ Ako u kosi nađete mnogo praznih čaura ili izleženih jajašceta, to znači da zarazu nosite duže vreme. Međutim, ako nađete malo praznih čaura, to znači da zarazu nosite kraće vreme.
- ✓ Nastavite s češljanjem još nekoliko dana nakon što istrebite vaške. Tada ćete biti sigurni da su vaške uklonjene ili da ste otkrili novu zarazu. Zatim redovno češljajte kosu u preventivne svrhe!
- ✓ Sterilizite češljeve i četke u vreloj vodi da ne biste preneli zarazu na neku drugu osobu.
- ✓ Nastojte pronaći izvor zarazte. Kažite drugim roditeljima da ste zaraženi i da oni takođe treba da pregledaju članove svojih porodica. Inače, postoji veliki rizik da ćete se opet zaraziti. Ne treba da se stidite vaški jer zarazu nećete dobiti ako ne održavate ličnu higijenu. Vaške više vole čistu kosu od prljave.

VAŠKE U KOSI?

Češljem protiv vaški – LusFri.nu!



Informativna brošura o vaškama u kosi i raznim metodima za njihovo uklanjanje

Brošuru napisao www.LusFri.nu

Dodatne informacije potražite na: www.LusFri.nu i www.Avlusningsdagarna.se