

الباب الثالث عشر

شعر طفلك مصاب بالقمل

كيف تقضين على القمل إذا أصاب شعر طفلك ؟

فجأة ذات يوم وأنت تمشطين شعر طفلك كالمعتاد، تجددين في رأسه قمل، وبالطبع تشعرين بالضيق وتبدأ العديد من الأفكار تمر بذهنك: "من أين جاء هذا القمل؟"، "هل أي شخص آخر في الأسرة مصاب بالقمل؟"، "كيف أتخلص من هذا القمل؟" "اهدئي، توقفي عن تلك التساؤلات وابدئي في اتخاذ خطوات فعلية للتخلص من هذه المشكلة.

ما هو القمل ؟

* القمل حشرات صغيرة تلدغ جلد فروة الرأس وتعيش على امتصاص الدم منها. يمر القمل خلال دورة حياته بثلاث مراحل:

١- المرحلة الأولى :

السيبان :-

هو البيض الذي يبيضه القمل، وهو جامد، لونه أبيض لؤلؤي، ويأخذ شكل دمعة العين ويلتصق بشدة في الشعر. يمكن أن يوجد السيبان في كل الرأس ولكن يوجد أكثر في المنطقة خلف الأذنين وفي مؤخرة الرأس من عند الرقبة. يفقس السيبان خلال ٦ إلى ١٠ أيام. لكن حتى بعد أن يفقس السيبان، فقد يظل الغلاف الأبيض عالقاً بالشعر وعادةً من الصعب معرفة ما إذا كان يحتوى على جنين حي معدي أم لا. إحدى الطرق لمعرفة ذلك هو مكانه في الشعر. فالسيبان الميت عادةً يكون على بعد أكثر من نصف سم من فروة الرأس أما السيبان الحي فعادةً يكون قريب جداً من فروة الرأس.

٣- المرحلة الثانية :

الحوراء :-

تخرج الحوراء من السيبان وهي بيضاء وشفافة وتتغذى على دم فروة الرأس .

٣- المرحلة الثالثة :

القمل :-

تستغرق الحوراء من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع لكي تصبح قمل ويكون القمل لونه بني أو رمادي وهو تقريباً بحجم حبة السمسم .يتحرك القمل بسرعة شديدة ويصعب الإمساك به. يمكن أن يعيش القمل لمدة ثلاثين يوماً في فروة الرأس لكن يعيش يوم أو يومين فقط خارج الشعر.

من الذي يصاب بالقمل :

القمل يمكن أن يصيب أي إنسان بعكس الاعتقاد السائد بأنه دليل على عدم النظافة أو أنه مرتبط بالفقر، فالناس الذين يعيشون في أماكن نظيفة جداً ويتبعون العادات الصحية السليمة قد يصابون بالقمل مثلهم مثل أي شخص آخر. لكن الأطفال دائماً أكثر عرضة للإصابة بالقمل.

كيف ينتشر القمل ؟

* الاحتكاك المباشر بين رأس شخص مصاب وشخص غير مصاب، فالأطفال في الحضانات والمدارس والنوادي يكونون أكثر عرضة للإصابة بالقمل نتيجة الاحتكاك المباشر بينهم .

* استخدام الأشياء الخاصة بشخص مصاب بالقمل مثل الوسادة، الفوطة، البرنس، فرشاة أو مشط الشعر، القبعة، توك الشعر، أو الملابس .

* بعد أن تتأكدي من أن طفلك مصاب بالقمل، فمن الأفضل أن تبدئي في اتخاذ خطوات فعلية في الحال.

خطوات للتخلص من القمل :

* اشترى نوع جيد من الشامبو الخاص بالقمل وكذلك سائل الشعر الخاص بالتخلص من القمل واللذان يجب أن يستخدم حسب الإرشادات الموجودة عليهما. في نفس الوقت، اكشفي على شعر جميع أفراد الأسرة، فإن ٥٠% من الأطفال المصابين بالقمل يكون في أسرته شخصاً آخر مصاب .

* ابدئي علاج كل المصابين الآخرين خلال ٢٤ ساعة لكي تتجنبي إعادة انتشار العدوى .

* تخلصي من القمل والسيبان باستخدام المشط الخاص بذلك وهو مشط أسنانه ضيقة فيساعد على التخلص منهما. رغم أن هذه الطريقة تستغرق وقتاً طويلاً، إلا أنها الطريقة الأكثر فاعلية للتخلص من السيبان الذي عادةً لا يقضى عليه باستخدام السائل الخاص بالقمل. إذن فهذه الخطوة هامة للتخلص من القمل وللحماية من الإصابة المزمدة به. هذه العملية يجب أن تتكرر على الأقل ٣ مرات أسبوعياً حتى تتأكدي من أن المشكلة انتهت .

* اغسلي باستخدام الصابون والماء كل الملابس، الملائات، وأكياس الوسادات التي كان طفلك يستخدمها خلال اليومين السابقين لبدء العلاج لأن القمل يستطيع أن يعيش لمدة يومين بعيد عن فروة الرأس. • انقعي جميع الأمشاط والفرش الخاصة بطفلك في ماء ساخن وصابون لمدة عشر دقائق .

* استخدمي المكنسة الكهربائية احتياطياً لتنظيف السجاد، الأرضيات، وفرش البيت.

* لتجنب إعادة الإصابة، أرشدي طفلك إلى عدم استخدام قبعات، ملابس، فرش الشعر، أو أية متعلقات شخصية لأي شخص آخر تعتقدين أنها قد تسبب عدوى، وفي نفس الوقت علميه ألا يسمح لأحد باستخدام حاجياته هو الشخصية.

* كرري استخدام سائل وشامبو القمل حسب الإرشادات الموجودة عليهما حتى تنتهي دورة حياة القمل .

نصائح هامة

ضعي في اعتبارك النصائح الآتية لتساعدك وتسهل عليك عملية التخلص من القمل:

- ١- كوني صبورة، فهذه العملية تستغرق وقتاً طويلاً، فسيكون طفلك أكثر صبراً إذا رآك كذلك .
- ٢- استخدمى المشط الخاص بالقمل والسيبان من النوع المعدني لأنه أكثر فاعلية من المشط البلاستيك.
- ٣- استخدمى عدسة مكبرة وإضاءة جيدة عند تنقية القمل والسيبان حتى لا يفوتك أي منها .
- ٤- حاولي شغل طفلك بفيلم فيديو يحبه أثناء فحص شعره .
- ٥- استخدمى بنس أو كليبسات شعر لفصل خصيلات الشعر التي انتهت من فحصها.