



FRISCO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

SCHOOL HEALTH SERVICES

Head Lice Information Sheet

What are Head Lice?

- Head lice are tiny grey to brown insects about the size of a sesame seed that live in human hair and must feed on human blood to live.
- They lay tiny white oval-shaped eggs about the size of a knot in a thread, called nits that lice glue to each strand of hair close to the scalp. Although it is hard to see head lice, a person can see the nits if they look closely.
- Nits are most often found in the hair behind the ears and at the back of the head and neck. The first sign of lice is itching of the head which is caused by the bite of the head lice.

How do You Get Head Lice?

- Head lice happen mostly with elementary school-aged children.
- Children get lice from other children through head to head contact during play or sports or nap time and most often in school settings.
- Sometimes sharing combs, hats or school lockers with a louse infested child can spread head lice.
- You can't spread nits...only live lice.
- Head lice do not spread disease.
- Any child can get head lice. It doesn't matter where they live or go to school; boy or girl, black, white or brown. It doesn't mean the child is sick or unclean. It certainly doesn't mean they have bad parents.
- Children get head lice almost as much as the common cold. Millions get it at least once a year.

How Do You Get Rid of Head Lice?

The Texas Department of State Health Services recommends the following treatment for head lice and nits:

1. Use an over-the-counter FDA-approved shampoo treatment that you find at the drug or grocery store. Follow the directions on the packaging exactly.
2. Remove as many nits as possible with a special nit comb that comes with the head lice treatment.
3. Treat your home at the same time you treat your child. Do the following:
 - Soak combs and brushes in some of the lice shampoo for 1 hour; or, in very, very hot water for 5-10 minutes.
 - Wash sheets, blankets and other bedding in the hottest setting of water in the washing machine.
 - Dry-clean non-washable items; or, seal these items in a plastic bag for 1 week.
 - Vacuum furniture, carpets and mattresses thoroughly.
4. Treat hair for a second time after 7 days (or follow the manufacturer of the lice treatment's instructions) to make sure that you kill any lice that may have hatched from nits that might have been missed during the combing, before they lay eggs.
5. There is no need to cut hair. Lice like to crawl on short hair just as much as long hair and they need the same amount of treatment.

How Do You Keep Lice From Coming Back?

- Teach family members to recognize nits and how lice is spread and check everyone's hair periodically.
- If you find lice, follow the recommended treatment closely. It should be reported to the school nurse, who can check close contacts.
- Remind children not to share combs, brushes, hair accessories, headphones, hats, clothing, bedding, coats and so forth. Ask the teacher at your child's school if there is a space to keep jackets, hats and other personal items separate for each child. Ask what you can do to help.

RESOURCES/LINKS: <http://www.dshs.state.tx.us/schoolhealth/lice.shtm>



FRISCO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

SCHOOL HEALTH SERVICES

HOJA INFORMATIVA SOBRE LOS PIOJOS

¿Qué son los piojos?

- Los piojos son pequeños insectos de color gris a marrón, aproximadamente del tamaño de una semilla de ajonjolí, que viven en el pelo humano y la mayoría se alimenta de sangre humana para vivir.
- Ponen pequeños huevos ovalados aproximadamente del tamaño del nudo en un hilo, llamados liendres, que se pegan a cada hebra de pelo cerca del cuero cabelludo.
- Las liendres se encuentran con mayor frecuencia en el pelo detrás de las orejas, atrás de la cabeza y en el cuello. La primera señal de piojos es picazón en la cabeza la cual es causada por su mordida.

¿Cómo me contagio de piojos?

- Los piojos afectan mayormente a los estudiantes de escuelas primarias.
- Los niños se contagian de piojos de otros niños por medio del contacto de cabeza a cabeza mientras practican deportes o durante la siesta, lo que con mayor frecuencia sucede en ambientes escolares.
- A veces el compartir peines, gorros o casilleros escolares con un niño infestado de piojos puede esparcirlos.
- Las liendres no se pueden esparcir... sólo los piojos vivos.
- Cualquier niño puede contagiarse de piojos. Sin importar dónde viva ni a qué escuela asista; sea niño o niña, de cualquier color de piel. Esto no quiere decir que el niño esté enfermo ni que no sea limpio. Tampoco quiere decir que tenga malos padres.
- Los niños se contagian de piojos casi tanto como del resfriado común. Millones de niños se contagian al menos una vez al año.

¿Cómo me vito que los piojos vuelvan?

El Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas recomienda el siguiente tratamiento para piojos y liendres:

1. Use un tratamiento de champú sin receta, aprobado por la FDA, que puede encontrar en la farmacia o supermercado. Siga las indicaciones en el paquete de forma exacta.
2. Quite tantas liendres como le sea posible con un peine especial para liendres que viene en el tratamiento para piojos.
3. Trate su casa al mismo tiempo que trata a su niño. Haga lo siguiente:
 - Remoje peines y cepillos en algo del champú para piojos durante 1 hora; o, en agua muy, muy caliente durante 5 a 10 minutos.
 - Lave sábanas, cobijas y otra ropa de cama en la función de agua más caliente de la lavadora.
 - Lave en seco artículos que no se puedan lavar en la lavadora; o, selle estos artículos en una bolsa plástica por 1 semana.
 - Aspire profundamente muebles, alfombras y colchones.
4. Trate el pelo por una segunda vez después de 7 días (o siga las instrucciones del fabricante del tratamiento para piojos) para asegurarse de matar cualquier piojo que pueda haber nacido de aquellas liendres que pudieron haber quedado tras pasar el peine, antes de que pongan huevos.
5. No hay necesidad de cortar el pelo. A los piojos les gusta subirse tanto en pelo corto como largo y necesitan la misma cantidad de tratamiento.

¿Cómo evito que los piojos vuelvan?

- Enseñe a sus miembros familiares a reconocer las liendres y cómo se esparcen los piojos, y revise el pelo de todos periódicamente.
- Si encuentra piojos, siga cuidadosamente el tratamiento recomendado. Esto debe reportarse a la enfermera escolar, quien puede revisar a los contactos cercanos.
- Recuerde a los niños que no compartan peines, cepillos, accesorios de pelo, audífonos, gorros, ropa, ropa de cama, abrigos y demás.
- Pida a la maestra de su niño si hay un espacio separado para cada niño para que guarden chaquetas o chamarras, gorros y otros artículos personales.

FUENTES/ENLACES: <http://www.dshs.state.tx.us/schoolhealth/lice.shtm>