

Le médecin cantonal
20, faubourg des Capucins
CH-2800 Delémont

t +41 32 420 51 33
f +41 32 420 51 21
medecin.cantonal@jura.ch

LES POUX, quelques explications...

Que sont les poux ?

Les **poux** sont de petits parasites d'une taille de 2 à 4 mm ayant besoin de chaleur et de sang humain pour survivre. On ne les trouve que dans les cheveux humains. Ils occasionnent des démangeaisons désagréables pour leur hôte en « mordant » le cuir chevelu pour se nourrir. Cependant, ils ne transmettent **aucune** maladie.

Les poux pondent des œufs (les **lentes**) qui ont un aspect blanchâtre et qui sont déposés à la racine des cheveux. Ils éclosent après 7 à 10 jours. (NB : les lentes situées à plus de deux cm de la racine des cheveux sont des lentes mortes, car elles ont besoin d'être très proches du cuir chevelu pour survivre). Les lentes mesurent 1 à 2 mm et se distinguent des pellicules car elles restent accrochées aux cheveux alors que les pellicules s'enlèvent facilement.

Pour **détecter** les poux et les lentes, il faut inspecter la tête de l'enfant à proximité du cuir chevelu, avec un bon éclairage. Séparer les cheveux en petites sections.

Le cycle de vie du pou

- Un pou est un insecte grisâtre, qui peut mesurer jusqu'à 4mm de long et pond 7 à 10 oeufs (lentes) par jour à la base d'un cheveu (premier cm)
- Au bout de 7 à 10 jours les jeunes poux naissent
- Encore 7 à 10 jours pour devenir adultes et se reproduire



lentes 10 jours 14 jours 16 jours 20 jours

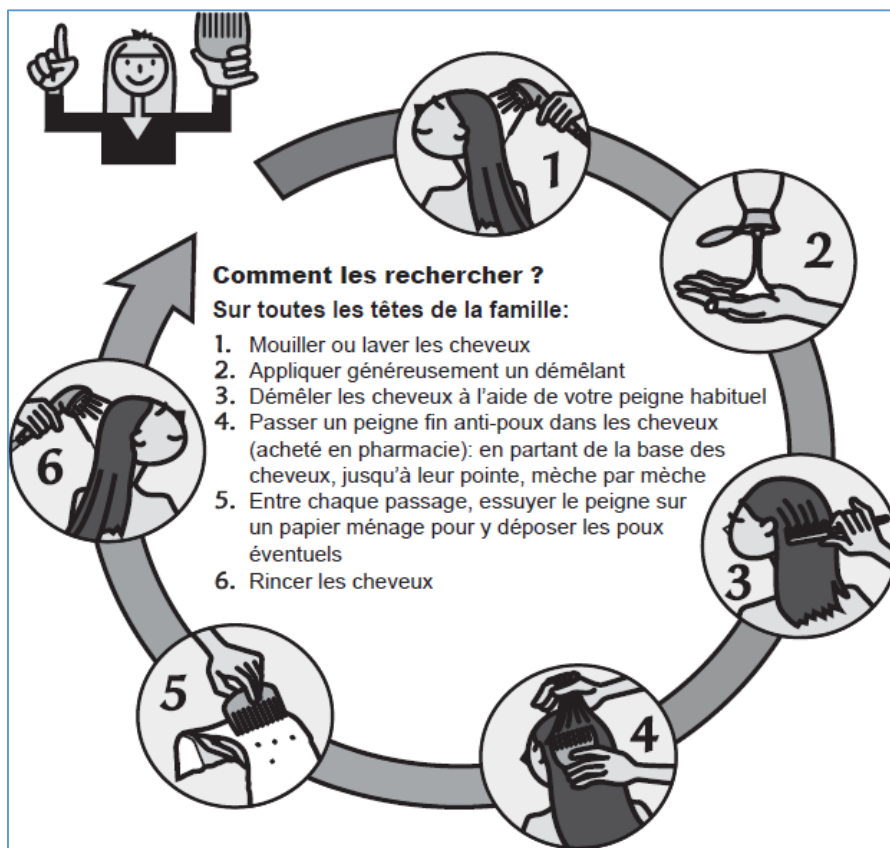


Taille réelle d'un pou, 4mm

Transmission

Les poux se **transmettent essentiellement par contact direct** de cheveux à cheveux et parfois par l'intermédiaire d'objets ayant été en contact avec les cheveux : brosses, literie, bonnets, écharpes, manteaux, etc... Les poux ne sautent pas. Ils ne se transmettent pas non plus par les mains.

Les poux n'aiment pas la chaleur excessive (plus de 50°) ni le froid. Hors de la tête, ils ne survivent pas plus de 36 heures. Ils survivent dans l'eau mais **ne nagent pas** : ils restent accrochés aux cheveux de leur hôte. Les contaminations à la piscine ne peuvent se faire que s'il y a contact direct entre les chevelures (dans les vestiaires ou sous la douche) ou partage de serviette de bain ou de brosse.



Traitement et désinfection

Le **traitement** consiste en shampoings ou après-shampoings destinés à tuer les poux et les lentes. Pour éliminer ces dernières, une deuxième application 7 à 10 jours plus tard est nécessaire. L'élimination des lentes mortes est ensuite facilitée par un rinçage avec de l'eau vinaigrée. (Le vinaigre à lui seul ne tue pas les poux ou les lentes). Le traitement est uniquement à but curatif : il est inutile de l'administrer de façon systématique et régulière à des personnes non infestées dans le but de prévenir la contamination. Cela pourrait créer des irritations ou allergies et un usage prolongé peut être toxique.

Il existe plusieurs produits sur le marché que l'on peut obtenir sans ordonnance. On observe malheureusement le développement de résistances des poux à ces produits et il est parfois nécessaire de changer de type de shampoing.

Pour éviter la ré-infestation, il est important de **traiter toutes les personnes atteintes en même temps**. La **désinfection** des objets en contact avec les cheveux se fait par lavage de ceux-ci : (essentiellement la literie et les habits) à plus de 55°. On peut aussi enfermer les objets (peluches, brosses) ou textiles dans un sac fermé (sac poubelle) pendant sept à dix jours, ou procéder à un nettoyage à sec. Les produits insecticides à « sprayer » n'ont pas démontré leur efficacité et peuvent être toxiques. Le passage de l'aspirateur sur les meubles, les sofas, les matelas de jeux, etc... est une bonne mesure.

Prévention

La **prévention** se fait essentiellement par le dépistage et le traitement **simultané** des personnes atteintes. Eviter les échanges d'objets et habits personnels tels que brosses, bonnets, serviettes de bain, etc... Attacher les cheveux longs diminue le risque de contact avec les cheveux d'autres enfants. Il n'y a pas de moyen miracle !

La collaboration de tous les parents est donc essentielle. Eux seuls ont la possibilité de contrôler régulièrement la chevelure de leurs enfants, tout comme ils surveillent l'état de leur peau, ongle, dents, etc... Les enseignants ne peuvent assumer ce rôle.