

## POUX DE TÊTE

### Que sont les poux de tête?

On retrouve des poux de tête (*Pediculus humanus capitis*) partout dans le monde, y compris au Nouveau-Brunswick. Les poux de tête sont des insectes qui vivent sur la tête des humains, près du cuir chevelu, et se nourrissent de sang. Ils sont une source d'embarras, mais ne transmettent pas de maladies. Les gens sont souvent gênés de découvrir que leurs enfants ont des poux de tête, mais les recherches démontrent que ces parasites ne sont pas associés à un faible statut socioéconomique ni à une mauvaise hygiène personnelle. En effet, tout le monde peut attraper des poux de tête.

### Quels sont les symptômes?

Le symptôme le plus commun est la démangeaison constante du cuir chevelu. La démangeaison peut être accompagnée d'égratignures ou de petites lésions rouges ressemblant à des éruptions cutanées sur la tête. Les personnes touchées peuvent également avoir une sensation de chatouillement ou l'impression que quelque chose se déplace dans leurs cheveux. Les poux de tête se déplacent principalement dans la noirceur, par conséquent les personnes atteintes peuvent aussi avoir de la difficulté à dormir et devenir irritables.

### Comment les poux de tête se transmettent-ils?

Les poux se déplacent en rampant; ils ne peuvent pas sauter ni voler. Ils sont habituellement transmis par un contact direct de cheveux à cheveux; il arrive également, quoique moins fréquemment, qu'ils soient transmis par l'échange de chapeaux, de foulards, de peignes, de brosses à cheveux, de casques protecteurs ou d'écouteurs. Les poux vivent sur les humains et ne peuvent pas se retrouver sur les animaux de compagnie comme les chiens ou les chats.

### Comment confirme-t-on la présence de poux?

Le cycle de vie d'un pou se divise en trois phases : l'œuf (ou la lente), la nymphe et le pou adulte. Les lentes sont déposées à la base de la racine des cheveux, très près du cuir chevelu. Elles sont très petites et de forme ovale (environ de la taille d'un nœud dans un fil) et adhèrent fermement à la tige des cheveux. Elles paraissent jaunes ou blanches et sont parfois de la même couleur que les cheveux de la personne touchée. On les prend souvent pour des pellicules ou des résidus de fixatif; toutefois, les débris de ce genre ne sont habituellement pas attachés fermement aux cheveux.



Les lentes éclosent au bout de huit ou neuf jours. Les nymphes ont la même apparence que les poux adultes, mais sont plus petites. Les nymphes atteignent leur forme adulte en neuf à douze jours. Les poux adultes sont de la grosseur d'une graine de sésame, ont six pattes et sont de couleur beige ou grisâtre. Ils peuvent vivre jusqu'à 30 jours sur la tête d'une personne, mais s'ils en tombent, ils mourront en un ou deux jours.

On peut confirmer une infestation de poux si l'on trouve des poux adultes, des nymphes ou des œufs viables. Un bon éclairage, une loupe et un peigne fin sont utiles. On retrouve les poux et les lentes sur le cuir chevelu, particulièrement autour des oreilles et près de la nuque. Les lentes viables sont collées aux cheveux, habituellement à un centimètre du cuir chevelu. Elles contiennent un embryon qui occupe la majeure partie de l'œuf; un ou deux yeux sont même souvent visibles. Les lentes écloses sont presque transparentes et se trouvent habituellement à plus d'un centimètre du cuir chevelu. Si vous soupçonnez une infestation de

poux, demandez l'avis d'une personne fiable (p. ex., votre fournisseur de soins de santé ou une personne qui s'y connaît) afin de confirmer l'infestation.

### Qui présente des risques d'infestation?

Les infestations de poux de tête touchent principalement les enfants d'âge préscolaire qui fréquentent une garderie, les élèves du primaire et les personnes qui vivent avec des enfants infestés.

## Comment prévenir une infestation de poux de tête?

Il est utile d'apprendre à dépister la présence de poux et d'examiner régulièrement les enfants et les autres membres de sa famille. Les retours de camps de vacances et de sorties scolaires sont des moments propices pour procéder à un examen. Durant une éclosion, il est conseillé de garder les cheveux longs attachés ou tressés afin de minimiser les contacts de cheveux à cheveux ainsi que décourager l'échange d'articles personnels comme les chapeaux et les brosses à cheveux.

## Comment peut-on traiter une infestation de poux de tête?

Une infestation peut être traitée au moyen de produits délivrés sur ordonnance ou en vente libre, habituellement des shampooings. Un fournisseur de soins de santé peut suggérer un traitement adéquat. Il faut traiter les personnes souffrant d'une infestation active seulement (en présence de poux adultes, de nymphes ou de lentes viables). Voici comment procéder :

1. Examiner la tête de toutes les personnes qui habitent dans le même domicile et de tout autre contact étroit, puis traiter les personnes chez qui on observe une infestation active.
2. Traiter tous les membres de la famille en même temps. Suivre attentivement les indications d'utilisation du produit traitant.
3. Répéter le traitement. Il est possible qu'un seul traitement ne suffise pas à tuer tous les œufs. Il convient de répéter le traitement après sept à dix jours afin de tuer les poux provenant de lentes ayant survécu au traitement initial avant qu'ils ne pondent de nouveaux œufs.
4. Enlever régulièrement et minutieusement les poux et les lentes. Après le traitement, retirer les lentes collées aux cheveux avec les doigts ou au moyen d'un peigne à poux. Jeter les serviettes sur lesquelles ont été recueillis les poux et les lentes. Nettoyer les peignes et les brosses à cheveux en les laissant tremper dans de l'eau chaude savonneuse pendant 20 minutes ou dans du shampooing traitant non dilué pendant dix minutes. Procéder à des examens périodiques au cours des deux ou trois semaines suivantes pour s'assurer que tous les poux et les lentes aient été retirés.

En plus des shampooings traitants, il existe d'autres mesures facultatives à prendre lors d'une infestation de poux de tête. Les chapeaux, les foulards, les taies d'oreiller, les draps, les vêtements et les serviettes des personnes infestées peuvent être lavés et séchés à la machine, à l'eau chaude et à l'air chaud. On peut également faire nettoyer des articles à sec ou les placer dans des sacs de plastique bien scellés pendant deux semaines. Les tapis et les meubles peuvent être nettoyés à l'aspirateur, particulièrement aux endroits où les personnes infestées se sont assises.