

Kopfläuse natürlich bekämpfen

Aussehen, Vorbeugung und Behandlung



Foto: M.Kupka "die umweltberatung"

Kopflausalarm! In vielen Schule oder Kindergärten wird er regelmäßig ausgerufen. Man kann die Läuse mit allerlei Mitteln bekämpfen, doch sollte man bedenken: Kopfläuse sind lästig, aber eigentlich harmlos. Gefährlicher für die eigene Gesundheit und die der Kinder sind die aggressiven Mittel dagegen.

AUSSEHEN UND LEBENSWEISE

Kopfläuse sind ca. 3 mm lange, flügellose Insekten, graubraun bis rötlich, flach und vor der ersten Nahrungsaufnahme durchsichtig. Verräterisch sind die Bissspuren als blutige Punkte auf der Kopfhaut. Häufiger als die Läuse selbst findet man die Nissen. Diese sind ca. 1 mm groß, rundlich, weiß-grau und kleben fest am Haar. Sie sind besonders am Haaransatz sichtbar.

Kopfläuse treten trotz bester hygienischer Bedingungen auf. Sie leben rund einen Monat lang, stechen alle 2-3 Stunden zu und saugen Blut. Ihr Speichel ruft Juckreiz hervor, die Kratzwunden können sich entzünden.

Die Läuse können nicht springen, sie kriechen von Kopf zu Kopf, d.h. ein Haarkontakt ist fast zwingend notwendig. Hauben, Spielzeug usw. spielen bei der Übertragung kaum eine Rolle. Kinder stecken oft die Köpfe zusammen, darum sind vor allem die 5-10-Jährigen bevorzugte Opfer. Die Läuse nisten sich am liebsten an den Schläfen, hinter den Ohren und im Nackenbereich ein. Tückisch ist ihre Fruchtbarkeit: Ein Weibchen legt bis zu 250 Eier. Im Volksmund wird das Ei der Kopflaus in allen Stadien mit Nisse benannt. Per Definition ist es aber die leere Eihülle.

TIPP:

Die Behandlung ist wesentlich einfacher, wenn Läuse und Nissen frühzeitig entdeckt werden - bei Lausverdacht häufig kontrollieren! Eine Behandlung ist erst bei Befall sinnvoll. Vorbeugend kann Weidenrindenshampoo helfen.

BEHANDLUNG BEI BEFALL

Ruhe bewahren! Den Befall im Umkreis melden, Familienmitglieder und Kontaktpersonen regelmäßig auf Lausbefall untersuchen. Keine Methode wirkt mit 100%iger Garantie. Daher ist es sinnvoll verschiedene Behandlungen zu kombinieren und über einen längeren Zeitraum anzuwenden!

Lauskamm:

Basismaßnahme ist das regelmäßige Kämmen mit einem Nissenkamm. Voraussetzung für eine erfolgreiche mechanische Entfernung sind die richtige Kämmtechnik und ein geeigneter Läusekamm mit eng stehenden Zinken.

- ✓ Verteilen Sie eine Pflegespülung auf das nasse Haar.
- ✓ Mit dem Lauskamm kämmen Sie nun das ganze Kopfhaar systematisch durch. Beim Kämmen darauf achten, dass die Spitzen des Kammes die Kopfhaut berühren und mit leichtem Druck an der Kopfhaut entlang geführt werden. Streichen Sie den Kamm wiederholt auf einem Tuch oder Küchenpapier aus. Wenn nichts mehr im Lauskamm hängen bleibt, zur nächsten Haarpartie übergehen.
- ✓ Wurde das ganze Haar auf diese Weise durchgekämmt, kann die Pflegespülung ausgewaschen und der Kamm gereinigt werden.
- ✓ Führen Sie diese Methode mind. 2mal wöchentlich ein Monat lang durch.

Die rein mechanische Entfernung wie oben beschrieben bringt erstaunlich gute Ergebnisse.

Elektrischer Lauskamm:

Leicht in der Anwendung und ohne gesundheitliche Risiken. Zwischen den Zinken des Kammes baut sich elektrische Spannung auf, die die Laus tötet. Für Menschen ist die Spannung ungefährlich und nicht spürbar. An den Geräuschen des Lauskammes lässt sich feststellen, ob eine Laus erwischt wurde. Daher ist er auch bei Lausverdacht bzw. vorbeugend einsetzbar. Nur die Laus, nicht aber die Eier werden abgetötet. Eine regelmäßige Anwendung über einen Zeitraum von mind. zwei Wochen ist notwendig.

Essigspülung:

5%igen Haushaltessig mit lauwarmen Wasser 1:1 mischen, einmassieren, Kopf mit einem in Essigwasser getränkten Handtuch umwickeln. Nach 1 Stunde kann man die toten Läuse und Nissen besser auskämmen. 14 Tage lang einmal täglich wiederholen.

Trockenhaube:

Duschhaube aufsetzen, damit die Läuse nicht flüchten können und 45 Minuten unter die Trockenhaube (44°C bis maximal 52°C, sonst können Hautschäden auftreten). (Quelle: Verbraucherzentrale Hamburg und Öko-Test), eine Essigspülung als Vorbehandlung ist sinnvoll.

Saunabesuche helfen nicht, weil Läuse im Schweiß überleben. Trockene Hitze ist besser (Läuse trocknen aus). Abzuraten ist von einer Behandlung mit dem Föhn. Die hohe Temperatur ist auch für die Kopfhaut ungesund.

Mayonnaise

(80% Fett) ausreichend am Kopf verteilen und ca. 2 Stunden einwirken lassen, ausspülen. Bei dieser Methode ersticken die Kopfläuse.

Shampoos:

Empfehlenswert sind Produkte mit Neem-Extrakt, Soja- und Kokosöl. Öl greift den Lauspanzer an und trocknet ihn aus. Das Mittel muss gleichmäßig auf der Kopfhaut verteilt werden, empfohlene Dosierung und Einwirkzeit genau einhalten!

TIPP:

In Apotheken und Drogerien gibt es zahlreiche Shampoos, Sprays, Lösungen oder Lotionen. Viele enthalten chemische Insektizide wie Malathion, Permethrin und andere Pyrethroide. Diese Wirkstoffe reizen Augen und Schleimhaut, können Allergien auslösen und bei empfindlichen Personen auch Asthma- oder Krampfanfälle oder Nervenschädigungen hervorrufen. Bei Läusen dagegen wurden schon Resistenzen beobachtet. Es gibt auch Präparate mit dem Wirkstoff Dimeticon. Hier treten weniger Nebenwirkungen auf, aber es besteht das Risiko der hohen Entflammbarkeit. Mit Bedacht auf die eigene Gesundheit sollten diese Mittel - wenn überhaupt - nur vorsichtig und in gut belüfteten Räumen verwendet werden. Sprays sind abzulehnen, weil die Wirkstoffe unkontrolliert verteilt und eingeatmet werden.

REINIGUNG

Anders als früher angenommen ist Saubermachen nicht so wichtig, da Kopfläuse kaum über Gegenstände oder Textilien übertragen werden. Die Wahrscheinlichkeit, dass die Läuse auf diesem Weg übertragen werden, ist so gering, dass ein Auskochen/ Einfrieren/ in Plastiksäcke verpacken nicht notwendig ist. Außerhalb des Kopfes können sie höchstens 2-3 Tage überleben. Konzentrieren Sie sich also auf die Untersuchung aller Köpfe in der Familie.

Mit gutem Gewissen kann eine zusätzliche gründliche Reinigung unterlassen werden. Wenn Sie zur Beruhigung trotzdem reinigen möchten, dann genügt es Bettbezüge, Handtücher, getragene Kleidung bei 60°C zu waschen. Verdächtige Gegenstände staubsaugen oder 2 Tage lang nicht benutzen. Die zusätzliche Reinigung von Matratzen, Polstermöbel und Böden ist überflüssig.

Wichtig ist es, Kämmen und Bürsten nach Verwendung zu reinigen und mit heißem Wasser abzuspülen.

TIPP:

Die genannten Methoden reichen zum Entlausen völlig aus. Übertriebene Maßnahmen wie Desinfektion, Insektizide oder chemische Behandlung sind fehl am Platz!