



شپش سر

دکتر نرگس قندی

متخصص پوست

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

مرداد 97

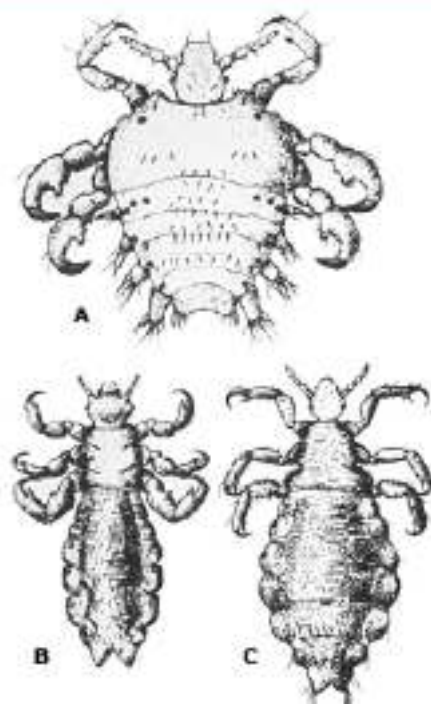
آن چه صحبت خواهد شد



- مقدمه
- کلیات معرفی شپش سر
- انتقال بیماری
- اپیدمیولوژی
- علائم ابتلا به بیماری
- تشخیص
- درمان

مقدمه

- سه نوع شپش ممکن است در انسان ایجاد بیماری کنند: شپش سر، شپش بدن و شپش عانه



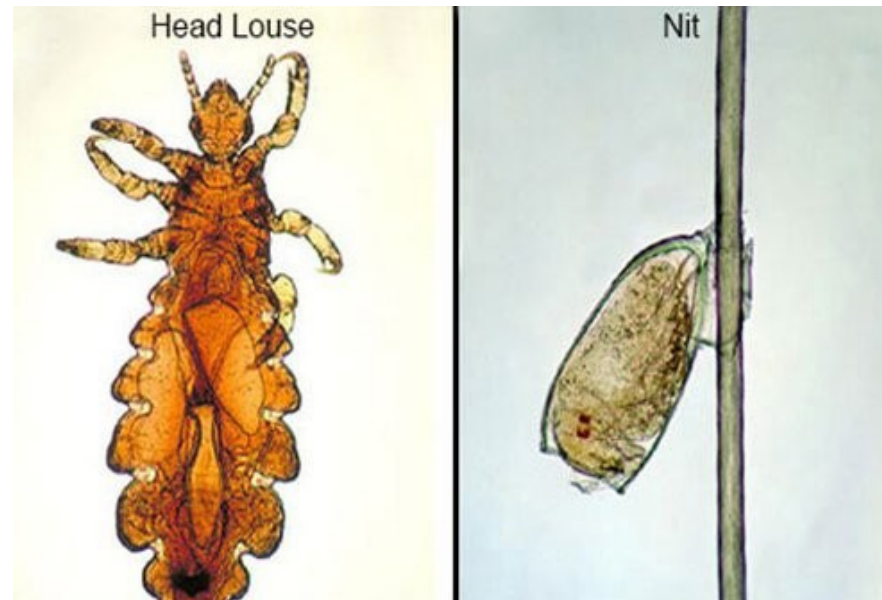
مقدمه

- شپش سر معمولاً از فردی به فرد دیگر از طریق تماس اتفاقی انتقال می یابد.
- با این که شپش سر می تواند ناخوشایند باشد، روش های درمانی مؤثری برای این بیماری وجود دارد. تشخیص و درمان سریع شپش سر اهمیت زیادی دارد زیرا می تواند جلو انتقال آن به دیگران را بگیرد.



شپش سر چیست؟

- شپش سر یک حشره کوچک خاکستری-سفید است. (2-3 میلی متر)
- شپش ماده معمولاً حدود یک ماه زندگی می کند و روزی 7 تا 10 تخم می گذارد که به تخم های آن نیت می گویند.
- تخم ها (رشک) به موها می چسبند و اغلب در نزدیکی کف سر روی موها قرار می گیرند.





Louse and nit on hair shafts.

Head-Lice Action Graphic.



سیکل زندگی شپش سر

Nits, empty and full



- تخم ها بعد از حدود 8 روز باز می شوند و 8 روز بعد بالغ می شوند.
- تخم ها پس از باز شدن سفید می شوند و معمولاً بهتر دیده می شوند. از آن جا که تخم ها به سختی به مو چسبیده اند، با رشد مو، از کف سر فاصله می گیرند.
- شپش سر توان پریدن یا پرواز کردن ندارد و نمی تواند از طریق چسبیدن به حیوانات خانگی از انسانی به انسان دیگر منتقل شوند.

Head louse nit



Microscopic view of a head louse nit attached to a strand of hair.

Pediculus humanus capitis



These organisms were combed from the hair of a 10-year-old girl. Note the smallest first instar stage on the far left and the larger second and third stage instar organisms. A nit (top right) is beginning to hatch.

Copyright © Bernard Cohen, MD, Dermatlas; <http://www.dermatlas.org>.

Graphic 80788 Version 9.0

انتقال بیماری



- به نظر می رسد شایع ترین راه انتقال بیماری، تماس مستقیم با موی فرد مبتلا به شپش سر (تماس مو با مو) باشد.
- هنوز مشخص نیست به چه میزان تماس با وسایلی که فرد مبتلا از آن ها استفاده کرده، در انتقال بیماری نقش داشته باشند (مانند لباس، رختخواب، شانه و برس)

Pediculosis capitis



Multiple nits on hair shafts.

اپیدمیولوژی

- شپش سر اغلب **کودکان** را درگیر می کند. در یک مطالعه، **از هر چهار دانش آموز** دبستانی در آمریکا، یک نفر مبتلا به شپش سر بود.
- **کودکان سیاه پوست** به میزان خیلی کمتری نسبت به سفید پوستان به شپش سر مبتلا می شوند. همین طور **پسرها** کمتر از دخترها مبتلا می شوند. علت این تفاوت ها هنوز شناخته نشده است.





علائم ابتلا به شپش سر چیست؟

- **اکثر** افرادی که شپش سر دارند هیچ علامتی ندارند.
- بعضی افراد احساس خارش یا تحریک در سر، گردن یا گوش ها دارند.
- این علائم در اثر واکنش به **بزاق** شپش رخ می دهد زیرا شپش بزاق خود را در زمان تغذیه روی پوست سر، به داخل پوست وارد می کند.
- در اولین ابتلا معمولا ایجاد علائم **4 تا 6 هفته پس از ورود** شپش به سر شروع می شود.





Multiple excoriations and crusts on the posterior neck in a patient with pediculosis capitis.

شپش سر چگونه تشخیص داده می شود؟



- شپش سر از طریق معاینه سر و موها تشخیص داده می شود. گاهی از **شانه های مخصوص** نیت برای تشخیص کمک گرفته می شود. (فاصله دندانها 0.2 میلی متر)
- قبل از استفاده از شانه دندانها ظریف، با یک **برس معمولی** موها را شانه کنید تا گره های مو باز شود.
- این کار را می توان وقتی مو **خیس یا خشک** است انجام داد.

تشخیص



- اگر مو خیس است می توانید مقداری نرم کننده به موها بزنید که ساده تر شانه شوند.
- سپس شانه دندانها ظریف را در بالای سر، چسبیده به کف سر قرار دهید. بعد شانه را از ریشه تا نوک آن به طور کامل بکشید.
- بعد از هر بار که این کار را انجام می دهید، به دقت شانه را از نظر وجود شپش یا تخم آن بررسی نمایید.
- کلا سر را حداقل دو بار به همین شکل شانه بزنید.



تشخیص



- پیدا کردن تخم (نیت) به تنهایی بدون دیدن خود شپش لزوماً به معنی بیماری فعال نیست.
- حتی ماه‌ها پس از بهبودی نیز ممکن است نیت‌ها روی مو پیدا شوند.
- از آن‌جا که شپش تخم خود را در نزدیکی کف سر روی موها می‌گذارد، اگر نیت در فاصله حدود 6.5 میلی‌متری کف سر، مطرح‌کننده (و نه ثابت‌کننده) بیماری فعال است.



- **خود شپش سخت تر** از تخم آن قابل دیدن است زیرا شپش حرکت کرده و مخفی می شود.
- پزشک یا پرستار می توانند معاینه را زیر **لامپ** مخصوصی انجام دهند. نور این لامپ باعث درخشش تخم ها به رنگ آبی کمرنگ می شود.





- پیدا کردن شپش سر ممکن است باعث **نگرانی** کودک و والدین وی شود. موارد مهم زیر را به خاطر داشته باشید:

- شپش سر نشانه **کثیف بودن** یا بیمار بودن نیست.
- با استفاده از درمان مناسب می توان از دست شپش **خلاص** شد.
- **هیچ عارضه** مهم کوتاه مدت یا دراز مدت مرتبط با شپش سر وجود ندارد.



کاست مو

Multiple movable, white collections of scale surrounding hair shafts.



شپش سر چگونه درمان می شود؟

- روش های **مختلفی** برای درمان شپش سر وجود دارد که شامل کرم ها، محلول ها، شانه کردن و داروهای خوراکی می باشد.
- **استفاده صحیح** درمان ها، برای اطمینان از بهبودی بسیار اهمیت دارد.
- اگر مطمئن هستید که کودک (**بالای دو سال**) شپش سر دارد، می توانید از درمان های ضد شپش موجود در داروخانه ها استفاده نمایید که **نیازی به نسخه ندارند**.



درمان

- افراد **خانواده** و نزدیک با فرد مبتلا را هم زمان معاینه کنید و اگر نیاز است آن ها نیز درمان شوند.
- اگر کودک **زیر دو سال** است، بهتر است با پزشک یا پرستار مشورت نمایید.
- حتی توصیه شده است که اگر تشخیص با مشاهده شیش زنده در کسی **قطعی** نشده است نباید درمان شود.



داروهای ضد شپش کدام هستند؟



- یک حشره کش موضعی (کشنده شپش) ماده ای است که معمولاً به شکل لوسیون یا ژل می باشد و برای از بین بردن شپش به سر مالیده می شوند.
- داروهای کشنده شپش در دسترس شامل موارد زیر می باشند:

- پرمترین
- پیرترین
- مالاتیون (نیاز به نسخه)
- بنزیل الکل (نیاز به نسخه)
- اسپینوزاد (نیاز به نسخه)
- ایورمکتین موضعی (نیاز به نسخه)



"Reconnaissance pictures clearly show the enemy's chemical stockpile."

- برای استفاده از این محصولات، به دقت **دستور العمل** داخل آن را اجرا نمایید.
- بیشتر حشره کش ها پس از **ده دقیقه ماندن** روی موها باید شسته شوند.
- قبل از مالیدن شامپو ضد شپش، **نباید نرم کننده** روی سر مالیده شود زیرا اثر آن را کم می کند.
- بهتر است شستشوی شامپو ضد شپش در **سینک** باشد نه در زیر دوش حمام، تا از تماس شامپو با بدن جلوگیری شود.



- بهتر است آب **ولرم** باشد نه داغ، تا جذب دارو از پوست حداقل باشد.

- **پرمترین** از بقیه این داروها **غیر سمی تر** است و از سن **دو ماهگی** به بعد اجازه مصرف دارد.

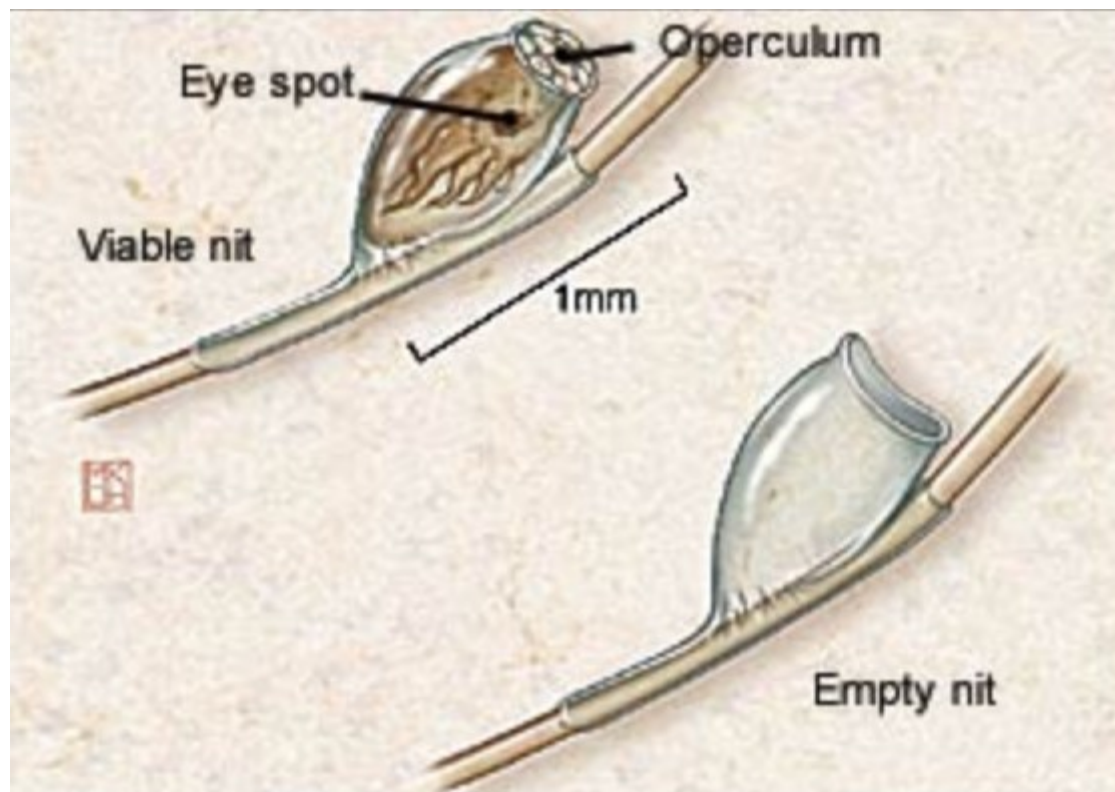
- معمولاً توصیه می شود ابتدا سر با یک شامپو ساده بدون نرم کننده شسته شود، سپس با **حوله خشک شود** و بعد شامپو پرمترین روی سر مالیده شود.



- **بقایای پرمترین** معمولاً تا چند روز روی موها می ماند و باعث از بین رفتن حشره هایی می شود که از تخم خارج می شوند.

- استفاده از **نرم کننده** یا سیلیکون که در اغلب شامپوها وجود دارد باعث کاهش این اثر پرمترین می شود.

تکرار درمان



- تکرار درمان پس از پرمترین، **7 تا 9 روز** پس از اولین درمان لازم است.
- بعضی نیز توصیه می کنند درمان در روزهای 0، 7، و 13 تا 15 انجام گیرد.
- **دلیل** نیاز به تکرار درمان این است که بعضی از شپش ها پس از اولین دوره درمان می توانند زنده بمانند.
- **خارش** و کمی سوزش به دلیل واکنش به شامپو ممکن است تا مدتی ادامه یابد و دلیلی برای تکرار درمان نیست. می توان از آنتی هیستامین و استروئید موضعی استفاده کرد.



- شامپو لیندیان با توجه به خطر ایجاد عارضه توصیه نمی شود. تشنج و مرگ با آن گزارش شده است که اکثرا با دوز بالا و مصرف مکرر رخ داده اند.

- گاهی مقاومت به یک شامپو ضد شپش مشاهده می شود.

- درمان مجدد توصیه نمی شود.

مالاتیون

- مالاتیون باید 8 تا 12 ساعت یا شب تا صبح روی سر بماند.
- مالاتیون **بدبو** است و تحمل آن برای افراد سخت است.
- هم چنین مالاتیون قابل اشتعال است و هرگز نباید در نزدیکی آتش یا منبع حرارتی الکتریکی (مانند سیگار روشن، اتوی مو یا سشوار) قرار گیرد.



- **یک بار** درمان با مالاتیون اغلب کفایت می کند. هر چند اگر شپش زنده 7 تا 9 روز بعد از اولین درمان دیده شدند این درمان نیز باید تکرار شود.
- درمان با **اسپینوزاد** نیز اگر شپش زنده پس از 7 روز وجود داشت باید تکرار شود.
- **ایورمکتین** موضعی معمولاً به صورت یک بار درمان تجویز می شود. بیمار باید قبل از تکرار درمان با پزشک خود مشورت نماید.



شانه کردن مرطوب



- شانه کردن مرطوب یکی از روش های درمان شپش سر می باشد به شرطی که شانه کردن به صورت مکرر و با دقت انجام شود.
- این روش یکی از روش های خوب برای درمان کودکان بسیار کوچک است یا وقتی که بیمار تمایل به استفاده از حشره کش ها را ندارد.
- هر چند که شانه کردن مرطوب زمان بر است و باید چندین بار در طول چند هفته تکرار شود.

روش درمان به وسیله شانه کردن مرطوب

- موها را **مرطوب** کنید و سپس آن ها را به **نرم** کننده، سرکه یا روغن زیتون آغشته نمایید.
- سپس با روشی که قبلا برای تشخیص شپش سر گفته شد موها را **شانه** کنید.
- هر بار شانه زدن باید **15 تا 30 دقیقه** طول بکشد که بستگی به بلندی و ضخامت موها دارد.
- هر سه تا چهار روز یک بار شانه کردن را انجام دهید و این **نفته** پس از دیدن آخرین حشره بزرگ بالغ ادامه دهید.



جدا کردن تخم ها از سر

- یکی از خواص این کار، **گذراندن اوقات نزدیک والدین با کودک** است! بدون آن که از مواد بالقوه سمی برای کودک و محیط استفاده شود.
- هم چین باعث کاهش **ترس** و جلوگیری از جدا کردن بیهوده کودک از مدرسه می شود.
- از نظر **ظاهری** نیز کمک می کند که جلو تشخیص اشتباه را بگیرد.
- از آن جا که هیچ کدام از داروهای ضد شپش نمی توانند باعث مرگ صد درصدی تخم شپش شوند، تخم هایی که در یک سانتی متری کف سر قرار دارند بعد از هر نوع درمانی، باید از موها جدا شوند.
- **خسته کننده و وقت گیر**
- توصیه برخی به استفاده سه دقیقه ای از سرکه قبل از جدا کردن تخم ها: اثربخشی ثابت نشده است. اثر باقی مانده مفید پرمترین را ممکن است کم کند.



علل مقاومت درمانی



- اشتباه تشخیصی
- عدم استفاده صحیح از درمان
- درمان ناکافی (مقدار ناکافی شامپو)
- ابتلای مجدد به شپش از فرد دیگر
- خروج از تخم و ابتلای از خود فرد
- مقاومت به داروی ضد شپش

- در موارد مقاومت به داروی ضد شپش می تواند از **بنزیل الکل 5%** (در بالای 6 ماه) استفاده کرد. (یا مالاتیون در بالای دو سال)



- داروهای خوراکی: قرص **ایورمکتین** در افرادی که شپش مقاوم به درمان موضعی دارند تجویز می شود.
- سایر درمان ها: در مطالعات مختلف، انواع لوسیون ها و سایر مواد (مانند روغن زیتون، کره، مایونز، وازلین) مورد بررسی قرار گرفته اند به این صورت که این مواد به سر مالیده می شوند، اجازه داده می شود که این مواد روی سر خشک شوند با این هدف که باعث خفه شدن شپش شوند.
- هر چند که خفه شدن شپش ساده نیست.
- شانه کردن مرطوب احتمالاً همان قدر موثر است و کمتر کثیف کاری دارد.
- درمان شپش به وسیله **بنزین یا نفت**، سمی است و ممکن است باعث آسیب جدی شود. لذا نباید مورد استفاده قرار گیرد.
- از آن جا که **شواهدی در دست نیست** که این دست درمان ها اثربخشی قابل پیش بینی داشته باشند، بعضی کارشناسان هیچ کدام از این درمان ها را پیشنهاد نمی کنند.

دایمتیکون

- در اروپا رایج است.
- کشنده شپش نیست.
- ماده ای بر پایه سیلیکون است.
- پوششی روی شپش ایجاد می کند
- جلو مدیریت آب توسط شپش را می گیرد.



روش های جلوگیری از انتقال شپش



"It's just until the head lice problem at school clears up."

- افراد بالغ و کودکانی که با فرد مبتلا به شپش سر زندگی می کنند باید از این نظر **معاینه** شوند و در صورت لزوم درمان شوند.
- هر فردی که با آن فرد در **رختخواب مشترکی** می خوابد حتما باید درمان شود حتی اگر هیچ شپش یا تخمی در موهای وی دیده نشود.
- **سیاست مدارس** در مورد این که پس از شناسایی یک کودک که به شپش سر مبتلا است چه افرادی در مدرسه باید در جریان قرار بگیرند متفاوت است. (و این که اصولا لازم هست یاخیر)
- یک شروع خوب معمولا یک تماس یا یک **ملاقات حضوری** محرمانه با پرستار مدرسه است.
- اکثر کارشناسان معتقدند که کودکی که شپش سر دارد نیازی نیست که از مدرسه **غیبت** کند.

غربالگری؟



- غربالگری روتین مدرسه یا کلاس از نظر شیپش با توجه به این که اثربخشی این روش ثابت نشده است، **توصیه نمی شود**.
- سرایت بیماری در **کلاس زیاد نیست**.
- **آموزش والدین** در شناسایی و درمان بیماری می تواند مؤثر باشد.
- می توان والدین را تشویق کرد که به طور منظم کودکان خود را از نظر شیپش **معاینه** کنند. هم چنین وقتی که کودک خارش دار است.

معاینه منظم و الدین



- غربالگری مدارس نمی تواند جای این دقت نظر و الدین را بگیرد.
- اگر کودکی در مدرسه دچار **خارش سر** است، می توان از مسوول بهداشت مدرسه یا فردی که آموزش دیده است خواست که کودک را معاینه کند.
- استفاده از جالباسی یا **کمد مجزا** برای قرار دادن وسایل شخصی کودک مفید است.

در روزی که کودک با شپش فعال در مدرسه تشخیص داده می شود توصیه چیست؟

• در زمان تشخیص، احتمالاً **بیش از یک ماه** از بیماری گذشته است پس ماندن او در کلاس در آن روز خاص ریسک اضافه تری برای هم کلاسی هایش ایجاد نمی کند! ولی باید به وی توصیه شود از **تماس نزدیک** با هم کلاسی ها خودداری کند.



• **حفظ محرمانگی**

• **تلفن به خانواده** یا ارسال نامه در همان روز تشخیص

• خواستن از والدین برای **درمان صحیح** و به موقع برای جلوگیری از انتقال بیماری

• فردی که **صدها شپش** در سر دارد با کسی که فقط مثلاً دو شپش زنده داشته از نظر انتقال بیماری متفاوت می باشند.

• کودکان علامت دار و کودکانی که در تماس نزدیک با کودک مبتلا بوده اند باید **معاینه** شوند.

- برخی افراد خبره توصیه می کنند که با توجه به شیوع بالای شپش سر در کودکان کوچک، اطلاع به والدین فقط وقتی لازم است که تعداد زیادی از افراد یک کلاس مبتلا شده اند.

- برخی به شدت معتقدند که این نامه ای که به والدین داده می شود مخالف قوانین حق خصوصی افراد است، باعث زنگ خطر و ترس بیهوده عمومی می شود. هم چنین می تواند نشان دهنده شکست مدرسه در برابر کنترل این بیماری در مقابل مشکل مرتبط با کل جامعه باشد.



کی به مدرسه برگردد؟



- سیاست بدون رشک؟؟
 - جدا کردن نیت ها باعث کاهش موارد زیر می شو
 - خطای تشخیصی
 - درمان های مجدد غیر ضروری
 - احتمال خیلی کم ایجاد بیماری مجدد
 - انگشت نما شدن فرد در جامعه
- جدا کردن نیت ها لازم نیست بلافاصله بعد از شامپو کردن باشد.

وسایل



- لباس ها، رختخواب، و حوله هایی که تا **48** ساعت قبل از درمان توسط فرد استفاده شده اند باید در آب داغ (**55** درجه سانتی گراد) شسته شده و در خشک کن برقی یا یک سیستم داغ دیگری خشک شوند.
- خشک شویی نیز انتخاب مؤثر دیگری است.
- می توان از **جاروبرقی برای** تمیز کردن مبلمان، فرش و صندلی های ماشین استفاده کرد.
- وسایلی که قابل شستشو یا جاروبرقی نیستند را می توان به **مدت دو هفته** در داخل یک کیسه پلاستیکی در بسته قرار داد.

وسایل



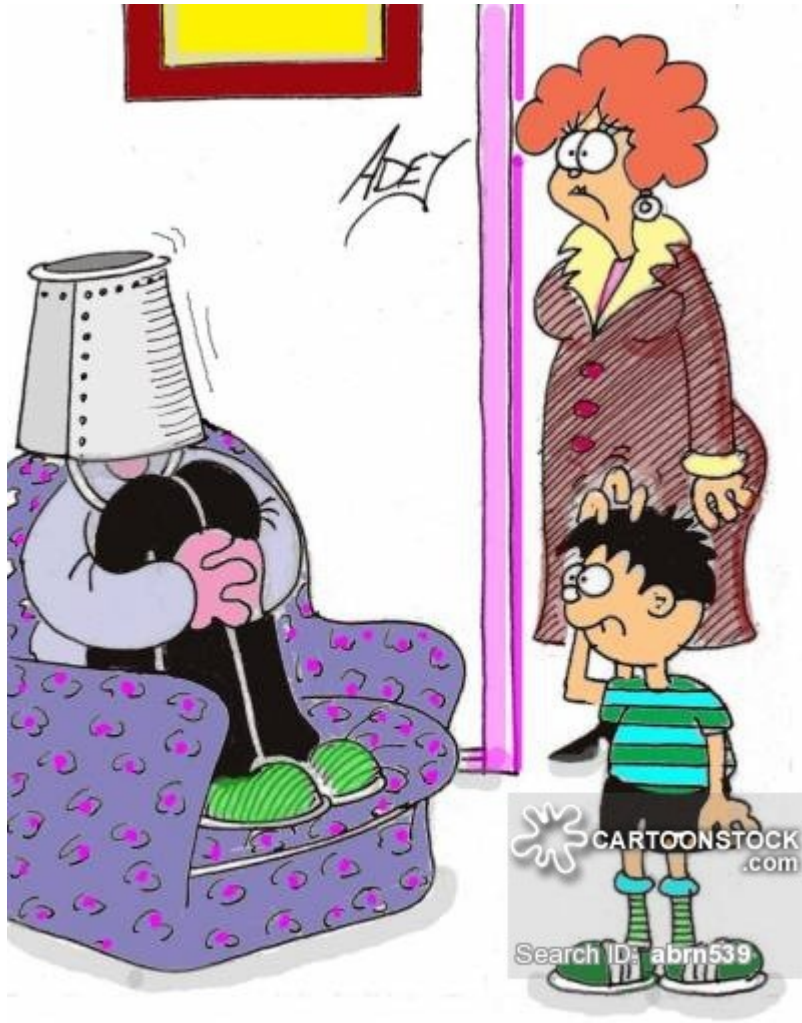
- احتمال آلودگی وسایلی که در زمانی بیشتر از **دو روز** قبل از درمان توسط فرد استفاده شده اند بسیار کم است زیرا شپش سر نمی تواند بیشتر از **48 ساعت** خارج از بدن انسان زنده بماند.
- نیازی به استفاده از **اسپری** ضد شپش در خانه نیست.
- احتمال این که حشره قابل بقا در دمای محیط از **تخم خارج شود** کم است.
- حتی اگر رخ دهد، حشره تازه متولد شده در عرض چند ساعت نیاز دارد که از سر تغذیه کند.

انتقال در استخر



- شپش در برابر آب کلرینه مقاومت زیادی دارد.
- احتمال انتقال در داخل آب خیلی کم است.
- شپش در داخل آب بی حرکت می شود.

پیش گیری و جمع بندی



- جلوگیری از انتقال بیماری در همه موارد مقدور نیست زیرا کودکان اغلب در حالی که سرهای خود را نزدیک هم قرار می دهند با هم کار می کنند.
- به کودکان باید آموزش داده شود از وسایل شخصی خود استفاده کنند مانند شانه، برس، روسری، کلاه.
- ولی نباید به خاطر ترس از شپش سر از کودکان خواست مقنعه بپوشند.
- در محیط هایی که کودکان با هم هستند، کودک درگیر باید به سرعت درمان شود تا انتقال او به دیگران به حداقل برسد.
- نظارت منظم والدین، یکی از راه های کشف و درمان سریع شپش سر در مراحل اول آن، و در نتیجه پیش گیری از انتقال می باشد.

“I think Tarquin has nits dear.”

