

Five Step Treatment Plan for Head Lice

1) **Treat head lice and/or untreated nits (eggs) with a head lice killing product.** These products can either be shampoos or cream rinses such as NIX, RID. Follow the manufacturers instructions carefully. *Head Lice appear to be resistant at times to head lice killing products, so olive oil treatment may be used instead.*

- Leave shampoo/rinses on the hair only as long as directions indicate.
- Shampoo the hair over a sink, not in the tub or shower.
- Keep the shampoo out of the eyes.
- Shampoo/rinse is recommended a second time 8-10 days later to be certain that no new head lice have entered the hair or the eggs previously treated were adequately killed.
- Hair should not be rewashed for 1-2 days after treatment.
- Regular conditioners or cream rinses should not be used prior to or after using lice treatments.
- Lice killing products should not be reapplied within 7 days.

OR

2) Apply olive oil to head to kill head lice. Olive oil smothers or suffocates the head lice. Olive oil treatments should be applied every four days for a total of six treatments over a 21 day period. These treatments coincide with the life cycle of the louse.

- Apply olive oil to dry hair. Use enough to saturate the hair.
- Leave on hair for a minimum of 8 hours. If applied before bedtime, cover hair with a towel and secure with a clean hat. Wash the towel and hat after using. Do not use plastic shower caps on young children.
- After 8 hours of oil treatment, comb nits and lice out of oily hair before shampooing the oil out of the hair.
- To remove oil, use a shampoo for oily hair, which is applied directly and worked into the oily hair; then add water to complete washing of the hair. Repeat shampoo if necessary.

3) Remove the nits

- If the hair has been treated with olive oil, leave oil in the hair. This will help loosen the attachment of the nit to the hair stalk. Nit removal products, such as Clear or vinegar, also help loosen the nit so it is easier to remove if olive oil has not been used. These nit removal products should be used prior to treating the hair with a lice killing product, such as NIX or RID. Some of the lice killing products leave a residue on the hair shaft that helps kill the lice.
- Work under a good light, such as natural sunlight from sitting by a window or going outdoors. A strong lamp can also be used. If eyesight is a problem, have a magnifying glass on hand.
- Use a grooming comb or hair brush to remove tangles.
- Divide the hair into 1 inch sections and fasten off the hair that is not being worked on at this time.
- Using a nit removal comb (metal combs, such as Derbac or Lice Meister combs work best), and/or fingernails, go through the section from the

- scalp to the end of the hair. Dip the comb into a cup of water or use a paper towel to remove any lice, nits, or debris from the comb between passings. If debris builds up, use an old toothbrush to clean the comb.
- Sift through the same section of hair and look for attached nits. They are always oval-shaped, usually grayish-white, although they can vary in color. Nits are generally laid close to the scalp but can be found anywhere on the hair shaft. Pay special attention to the nape of the neck and behind the ears.
 - If the lice comb and fingernails do not remove the nits, then use your fingernails or a safety scissors to snip the individual hair strands with attached nits.
 - Go on to the next section of hair until all sections have been completed.
 - After the screening and nit removal has been completed, search for live lice. Lice move quickly and can be caught by a tweezers, your fingernails or stick them with scotch tape.
 - Even under the best of conditions, a few nits may be missed. Check the infested person every day for at least two weeks and regularly thereafter. Seeing a nit or two the next day does not necessarily mean reinfestation. Being consistent and diligent about manual removal will help.
 - If additional nits (at least 3-5/day) are discovered, this signals that live lice may still be on the head. Another thorough manual search is recommended at that time.
 - If eyelashes are involved, coat with petroleum jelly two to three times a day for 8 to 14 days with manual removal of nits.

4) Clean the environment. Headwashing with a prescribed treatment is important; however, at the same time, the home must be appropriately cleaned to decrease the chance of spreading and reinfestations.

- Clothing, bedding, backpacks or cloth toys can be disinfected by machine washing or drying (using hot cycles) to kill lice and eggs.
- Combs and brushes should be soaked in hot, soapy water for 10 minutes or washed with the recommended shampoo or cream rinse.
- Vacuum thoroughly: pillow, furniture, rugs, car seats and articles not easily washed. Throw away vacuum bag after cleaning.
- Dry cleaning of some articles can be very expensive and difficult, such as dolls, toys, teddy bears, and other unwashable items. Sealing such articles in a plastic bag for two weeks at room temperature (or freezing for 1-2 days) is effective in killing nits and lice.

5) CHECK FOR NITS DAILY UNDER GOOD LIGHTING. NATURAL SUNLIGHT IS THE BEST. SOURCES OF NATURAL LIGHT INCLUDE SITTING BY A WINDOW OR GOING OUTDOORS.

Examine family members for the presence of lice and nits. Notify daycare, school, and friends.

Tratamiento de cinco pasos para eliminar los piojos

1) Utilice un producto específico contra piojos y liendres (huevos) para tratar el cabello y lograr su eliminación. Dichos productos vienen en forma de champús o cremas de enjuague tales como *NIX* o *RID*. Siga cuidadosamente las instrucciones de uso del fabricante. *Es posible que los piojos sean resistentes a estos productos por lo que otra opción sería usar un tratamiento con aceite de oliva.*

- Deje el champú o enjuague en el cabello solo por el tiempo indicado en las instrucciones.
- Póngale el tratamiento al cabello sobre un lavamanos, no lo haga en latina/bañera ni en la ducha/regadera.
- Evite el contacto del champú con los ojos.
- Repita el tratamiento con el champú/enjuague por segunda vez 8 ó 10 días más tarde para asegurarse de que no haya un nuevo brote de piojos y que las liendres hayan sido eliminadas adecuadamente por el tratamiento previo.
- No se lave el cabello hasta después de 1 ó 2 días de haberse puesto el tratamiento.
- No utilice ningún tipo de acondicionador ni enjuague en crema antes o después de usar un tratamiento para eliminar piojos.
- No vuelva a aplicarse ningún producto contra piojos en los siguientes 7 días.

O

2) Aplique aceite de oliva al cabello/la cabeza para eliminar a los piojos. El aceite de oliva los asfixia/sofoca. El tratamiento con aceite de oliva debe aplicarse cada 4 días durante un período de 21 días para lograr un total de 6 tratamientos, así coincide con el ciclo de vida del piojo.

- Eche/ponga aceite de oliva sobre el cabello seco. Utilice suficiente aceite para saturar el cabello.
- Deje el aceite de oliva en el cabello por un mínimo de 8 horas. Si lo aplica antes de acostarse a dormir, envuelva la cabeza en una toalla o pañuelo y cúbrala con una gorra limpia. Lave la toalla/pañuelo y la gorra después de haberlos usado. No utilice gorros de baño plásticos en niños pequeños.
- Después de 8 horas de haber aplicado el tratamiento con aceite, utilice un peine para sacar liendres y piojos antes de lavarse el cabello con champú para sacarse el aceite.
- Emplee un champú para cabello grasoso para remover el aceite del cabello. Aplíquelo directamente al pelo y frótelo; luego échele agua para terminar de lavarlo. Repita el champú si fuera necesario.

3) Saque las liendres del cabello.

- Si aplicó un tratamiento con aceite de oliva, déjelo en el cabello ya que ayuda a que las liendres se desprendan de la base/nacimiento del cabello. Si no usó aceite de oliva como tratamiento, hay otros productos que facilitan el desprendimiento de las liendres del cabello, como *Clear* o vinagre. Este tipo de productos debe utilizarse antes de tratar el cabello con un producto pediculicida (insecticida de uso externo para eliminar piojos), como los productos marca *NIX* o *RID*. Algunos de estos productos dejan un residuo en el cuero cabelludo que ayuda a matar los piojos.
- Para realizar este proceso, hágalo bajo una buena fuente de luz ya sea con la claridad natural como sentándose al lado de una ventana o afuera. También, puede usar una lámpara con buena luz. Si tiene problemas de la vista, tenga una lupa a la mano para que le ayude a ver los piojos o liendres.
- Use un peine o un cepillo para desenredar los nudos del cabello.
- Divida el cabello en secciones/segmentos de 1 pulgada y sujete el pelo en que no esté trabajando en ese momento.
- Utilice un peine para remover las liendres (peinilla de metal, tales como *Derbac* o *Lice Meister* que son las que mejor funcionan) o las uñas, revise/inspeccione cuidadosamente la sección desde el cuero cabelludo hasta la punta del cabello. Remoje la peinilla en agua o utilice una toalla de papel desechable para remover cualquier piojo, liendre o residuos de la peinilla antes de volver a pasarlo por el

pelo. Si se acumulan muchos residuos, utilice un cepillo de dientes viejo para limpiar la peinilla.

- Pase nuevamente la peinilla por la misma sección de cabello y observe si hay liendres pegadas al mismo. Las liendres son de forma ovalada, usualmente de color blanco-grisáceo, aunque pueden variar de color. Casi siempre, las liendres se adhieren junto/próximo al cuero cabelludo en la base o nacimiento del pelo, pero pueden encontrarse en cualquier parte del mismo. Preste especial atención al área detrás de las orejas y la nuca/cuello.
- Si no puede remover las liendres con el peine o las uñas, entonces utilice sus uñas o una tijerita para cortar hebras individuales del cabello que tiene las liendres adheridas.
- Continúe con la siguiente sección de cabello hasta que haya completado todas las secciones.
- Después que termine de revisar y remover completamente las liendres, proceda a buscar piojos vivos. Los piojos se mueven muy rápido y pueden atraparse con pinzas, con las uñas, o con cinta adhesiva (*tape*).
- Aún bajo las mejores condiciones, algunas liendres podrían pasar desapercibidas. Todos los días, por un periodo de dos semanas, revise a la persona infectada y luego continúe haciéndolo con regularidad. Si usted encuentra una o dos liendres al día siguiente, no necesariamente significa que haya una nueva infestación de piojos. Sea consistente y diligente en removerlos manualmente para ayudar a controlar la infestación.
- Si encuentra más liendres (por lo menos de 3 a 5 liendres cada día), eso significa que todavía puede tener piojos vivos en la cabeza. En este caso, es recomendable volver a chequear/revisar/inspeccionar manualmente el cabello.
- Si las pestañas están infestadas, cúbralas con vaselina dos ó tres veces al día durante 8 a 14 días y remueva las liendres manualmente.

4) Limpie el entorno/ambiente a su alrededor. Es importante lavarse el cabello con uno de los tratamientos recomendados. Sin embargo, al mismo tiempo, el hogar debe limpiarse adecuadamente para reducir la probabilidad de que los piojos se propaguen o que haya nuevas infestaciones.

- Deben desinfectarse las prendas de vestir personales, la ropa de cama, mochilas y juguetes de tela poniéndolos en la lavadora o en la secadora (use los ciclos calientes) para así matar piojos y liendres.
- Los peines y cepillos deben de remojarse en agua caliente con jabón por 10 minutos o lavarse con el champú/enjuague contra piojos recomendado.
- Pase la aspiradora a las almohadas, los muebles, las alfombras, los asientos del carro y otros artículos que no puede lavarse fácilmente. Descarte/bote la bolsa de la aspiradora luego de hacer esa limpieza.
- El lavado en seco de algunos artículos podría resultar muy costoso o difícil de hacer como serían muñecas, juguetes, ositos de peluche u otros. Un método efectivo para eliminar las liendres y piojos es poner los artículos en una bolsa plástica sellada por dos semanas a temperatura ambiente o si los congela por 1 ó 2 días.

5) REVISE EL CABELLO DIARIAMENTE BAJO UNA BUENA FUENTE DE LUZ. LA LUZ SOLAR ES LA MEJOR. PUEDE SENTARSE FRENTE A UNA VENTANA O SALIR AFUERA PARA HACERLO.

Revise el cabello de todos los miembros de la familia para detectar la presencia de piojos y liendres. Si los encuentra, infórmeselo a la guardería, la escuela y a los amigos.