



# la fiche conseil

## les poux



**Ils se moquent bien que vos cheveux soient propres ou sales pour s'y accrocher avant de se nourrir de votre sang et de pondre leurs œufs. Quelques pistes pour venir à bout des poux !**

### Où les trouver

Ces petits insectes de 4 mm – leur taille adulte – se reproduisent après 20 jours seulement. La femelle pond des œufs ovales, appelés lentes, qu'elle fait adhérer à la base des cheveux au moyen d'une sorte de colle. Les lentes accrochées aux cheveux qui tombent se transmettent alors facilement (écharpes, vêtements, bonnets, brosses, simple contact...).

**3 sortes de poux :** Les poux de tête, qui privilégient les cheveux des enfants de 3 à 10 ans, affichent une préférence pour l'arrière des oreilles et la nuque. Les poux de corps, quant à eux, apprécient particulièrement épaules, ventre et fesses. Et enfin, les poux du pubis ou morpions – de la taille d'une tête d'épingle –, qui s'accrochent aux poils pubiens.

### Comment le corps réagit

La contamination par les poux provoque des démangeaisons dues aux piqûres des poux qui se nourrissent du sang de leur hôte. La peau est irritée et peut souffrir de lésions dues au grattage. Dans de rares cas, une surinfection bactérienne peut apparaître. Le médecin la combattra à l'aide d'antibiotiques.

### Ce que vous pouvez faire vous-même

- ⊕ Si les poux sont installés, demandez conseil sans attendre à votre pharmacien avant d'appliquer le traitement préconisé.
- ⊕ Informez les enseignants concernés.
- ⊕ Lavez soigneusement et à 60° au moins, linges, draps, taies, vêtements, brosses, peignes et autres accessoires capillaires...
- ⊕ Décontaminez literie, peluches et poupées à l'aide d'une poudre spécifique par exemple.
- ⊕ Surveillez attentivement les membres de la famille qui ne sont pas infectés et au moindre doute, traitez (attention, la prévention chimique augmente la résistance des poux !).

### Le conseil plus

Votre pharmacien dispose de deux types de pédiculicides pour traiter localement les poux et leurs lentes, sous forme de lotions, poudres et crèmes. En cas de résistance persistante des larves, le traitement devra être adapté. Le bon geste pour éviter les récurrences : utilisez un peigne fin anti-poux (le peigne électrique est efficace).

Au rayon des méthodes naturelles, l'huile de coco et les huiles essentielles d'anis et d'ylang-ylang empêchent les poux de respirer : ils meurent en 15 minutes. Des huiles essentielles telles que lavande officinale, géranium, romarin ou citronnelle offrent aussi des propriétés insecticides et cicatrisantes. En accompagnement du traitement, l'utilisation régulière d'un shampoing à l'écorce de saule aide à calmer les démangeaisons.

**Ne pratiquez pas d'automédication sans le conseil de votre pharmacien !**

