

Dipartimento
di Prevenzione



Servizio
Infermieristico

احذروا القمل

ماهو؟

كيف يمكن التعرف عليه؟

ماذا يجب عليك أن تفعل؟

كيف يمكن القضاء عليه؟

كيف يتم المحافظة على الجميع؟





ما هو؟

يعتبر القمل من الجراثيم الصغيرة القد، التي يصل طولها ما بين 2-3 ميليمتر. و تتغذى هذه الأخيرة بالدم و تعيش خصوصا في رأس الإنسان. تضع أنثى القمل من 8 الى 10 بيضة في اليوم، وتتفتح هذه الأخيرة خلال 20 يوما التي تتحول الى جرثوم يدعى القمل. ولا تعيش هذه الجراثيم خارج رأس الإنسان لأنها تحتاج الى دفيء قشرة الرأس. والقمل يعيش في رأس أي شخص من أي طبقة كان. لا تأتي القمل من عدم النظافة، ولا تنتقل أي مرض وليس لها أي تأثير على صحة انسان. تنتقل القمل من شخص الى آخر عن طريق تبادل المشط، استعمال نفس القبعة، المنشفة (الفوطة)، الشال و الوسادة... لا تتوقعوا أن ترون القمل تقفز من مكان الى لآخر بل تتحرك بسرعة وتعيش في رأس الانسان.



كيف يمكن أن تتعرف عليه

إذا كنت تحك قشرة رأسك كثيرا فهناك أمر غير طبيعي، لهذا عليك القيام بفحص الشعر. فإذا لاحظت أن في مقدمة الشعر توجد بويضات بيضاء أو رمادية أو صفراء اللون لأمعة صغيرة الحجم، يمكن أن تنتهي للإنسان في بعض الأحيان أنها قشرة عادية بل هي بويضات القمل التي تلتصق بشعر الرأس.



كيف يمكن القضاء عليها

للقضاء على هذه الجراثيم هناك عدة وسائل نذكر منه

- غسل الشعر على الأقل مرتين في الأسبوع
- مشط الشعر وتسريحه كل يوم
- جمع الشعر الطويل
- تنظيف الوسائل المستعملة في المشط
- مراقبة الشعر في كل مرة



نصح الأطفال لعدم تبادلهم الوسائل المستعملة للمشط، المنشفة، الشال، الى آخره

ليس القضاء على القمل عن طريق استعمال الأدوية في الملابس المتعلقة الواحدة فوق الأخرى في المدارس المسابح، الملاعب، الطوالس. لأن القمل حينها يعود مقاوم لهذه الأدوية، بل يجب القضاء عليه حين ظهوره في رأس الإنسان مباشرة.

كيف يتم القضاء عليه

هناك أدوية خاصة للقضاء على القمل يتمثل في (الشامبو، محاليل، كريمات...) و القضاء على القمل عن طريق استعمال الأدوية حسب النصائح المكتوبة في الوصفة الطبية. و يجب اعادة استعماله بعد 7 أو 10 أيام، للقضاء على القمل الناتج عن تفسخ البيض. يجب تنظيف إذا ظهر القمل في أحد أفراد العائلة فيجب في هذه الحالة مراقبة رؤوس جميع أفراد العائلة. ولهذا جميع الوسائل المستعملة في المشط، وتركها في الماء الساخن الذي يضاف إليه قليل من الأدوية السابقة الذكر. كما يجب تنظيف جميع الوسائل المستعملة في الحمام وغرف النوم وغسلها جيدا بالماء الساخن 60 درجة و بهذه الطريقة يتم القضاء على القمل وبيضه. وبالنسبة للأشياء المنزلية الثقيلة التي لا يمكن غسلها في المنزل يمكن ارسالها في محل الغسل. ليس من المهم استعمال أدوية ضد القمل في باقي الأشياء المنزلية بل يكفي تنظيفها بألة النظافة.



كيف يتم الحفاظ على الجميع

عندما يتم ظهور القمل في المدارس يجب على أولياء التلاميذ مراقبة رؤوس الأطفال على الأقل مرتين في الأسبوع. في الوقت الذي يحسون فيه أن أطفالهم يقومون بحركة حك الرأس أو ظهور القمل أو ببيضه يجب عليهم اخبار المدرسين في الحين، لكي يراقبوا جميع أطفال المدرسة.

