# Head Lice

Head lice are tiny bugs about the size of a sesame seed. They live in the hair and bite the scalp to suck blood. They do not fly or jump, but they can move very fast. This makes it hard to find them in the hair. They infect people of all ages and races, but are less common in African American children because of the shape of the hair shaft.

Nits are the eggs of the lice. They look like yellowish white or brown dandruff. Head lice attach their eggs to shafts of hair with a waterproof "glue". The eggs are laid close to the scalp. Look for eggs at the back of the neck and behind the ears. These eggs cannot be washed out or brushed out of the hair. They must be picked out one at a time.

## Causes

Lice can spread quickly from one person to another if the persons:

- Share hats, scarves, combs, brushes, hair clips or barrettes, hair bands, helmets or clothing
- Lie on the same bed, couch or carpet
- Play close together
- Use items stored in closets or lockers that have the lice or eggs on them

# Mga Kuto

Ang mga kuto ay maliliit na mga surot ng buhok na kasinlaki ng linga. Naninirahan sila sa buhok at nangangagat ng anit upang sumipsip ng dugo. Hindi sila lumilipad o tumatalon, ngunit mabilis silang gumalaw. Dahil dito, napakahirap nilang hanapin sa buhok. Nalalalinan nila ang bawa't tao, anumang edad o lipi, ngunit ang mga ito ay di-karaniwang lumalalin sa mga batang Aprikano-Amerikano, dahil sa hugis ng poste ng kanilang buhok.

Ang mga lisa ang mga itlog ng mga kuto. Mukha silang madilaw na puti o kayumangging balakubak. Kinakabit ng mga kuto ang kanilang mga itlog sa mga poste ng buhok na mayroong "pandikit" na di-tanatablan ng tubig. Ang mga kuto ay nangingitlog malapit sa anit. Hanapin ang mga lisa sa batok at sa likod ng mga tainga. Ang mga lisa ay hindi natatanggal sa pagbabanlaw o pagsusuklay ng buhok. Kailangan silang tanggaling isa-isa.

## Mga Sanhi

Ang mga kuto ay maaaring kumalat nang mabilis mula isang tao hanggang sa susunod, kapag ang mga tao ay:

- Naghihiraman ng mga sumbrero, mga bandana, mga suklay, mga brush, mga ipit ng buhok, mga pantali ng buhok, mga helmet o mga damit
- Humihiga sa iisang kama, supa o karpet
- Naglalaro nang malapit sa isa't-isa
- Gumagamit ng mga bagay na nakalagay sa mga aparador o mga laker na may kuto o mga lisa sa loob

## Signs

- Itching or tickling feeling that something is moving around or tickling the head.
- Red marks or sores on the scalp sometimes with drainage and crusting. These are often found behind the ears or on the back of the neck. If the skin is scratched open, the sores can get infected and must be treated by your doctor.
- Scratching the head. Sometimes it takes weeks for a child to start scratching.

## Treatment

Your child's doctor can suggest a medicated lice shampoo, cream or lotion. You can buy some lice products, such as Nix Crème Rinse, at your local pharmacy without a prescription. Some of the products will have a special nit comb in the package or you can buy one separately. This special comb can help find and remove eggs. It is very important to remove all of the lice eggs and to treat all family members.

## Mga Palatandaan

- Pangangati o nakakakiliting pakiramdam na tila may gumagalaw o kumikiliti sa buong ulo.
- Mga markang pula o mga sugat sa anit na karaniwang may agusan at pagbabalat. Ang mga ito ay kadalasang matatagpuan sa likod ng mga tainga o sa batok. Kapag ang balat ay may bukas na kamot, ang mga sugat ay maaaring maimpekta at kinakailangang magamot ng iyong doktor.
- Pagkakamot ng ulo. Kung minsan, maraming linggo ang inaabot bago magsimulang magkamot ang isang bata.

## Lunas

Maaaring magrekomenda ang doktor ng iyong anak ng gamot laban sa mga kuto tulad ng panggugong may gamot, krema o losyon. Maaari ka ring makabili ng mga produktong pangkuto tulad ng Nix Crème Rinse, sa inyong lokal na botika na walang kinakailangang reseta. Ang ibang mga produkto ay may kasamang suyod sa pakete, o makakabili ka rin ng suyod nang hiwalay. Ang espesyal na suklay na ito ay makakatulong sa paghahanap at pagtanggal ng mga lisa. Napakahalagang tanggalin ang lahat ng mga itlog ng mga kuto at gamutin ang lahat ng mga miyembro ng pamilya.

## **How to Use Nix Creme Rinse** (or store brands of permethrin)

1. Wash the hair with regular shampoo. Do not use a conditioner. It can keep the lice medicine from working. Rinse with warm water and towel dry. Do not use this towel again until it has been laundered.
2. Put white vinegar on the hair to help loosen the "glue" that holds the eggs on the hair.
3. Put enough of the Nix Creme Rinse to wet the hair and scalp completely. Be sure to wet the back of the neck and behind the ears. If the Nix Creme Rinse gets in the eyes, rinse right away with cool water.
4. Leave the Nix Creme Rinse on the hair for 10 minutes, but no longer.
5. Rinse the hair and skin around the scalp well with water. Rub with a fresh dry towel. **Do not** use a hair dryer – some lice products are flammable.
6. Comb the hair with a fine comb to find the eggs. It may help to divide the hair in sections. All eggs must be removed! It might take 2 or 3 hours or more, and you may have to pick out the eggs by hand if the comb does not work.
7. Put the eggs in a plastic bag, tie it closed and throw it away. Wash your hands well and scrub under your fingernails.
8. Dress your child in clean clothing.

If you purchase Rid or store brands of piperonyl butoxide, apply the product to dry hair. Start at Step 3 above and follow the steps to use this product instead of Nix.

## **Ang Tamang Paggamit ng Nix Creme Rinse** (o mga produkto ng tindahang may permethrin)

1. Gumamit ng regular na panggugo sa paghuhugas ng buhok. Huwag gumamit ng conditioner. Maaari nitong pigilan ang bisa ng gamot laban sa mga kuto. Gumamit ng mainit na tubig sa pagbabanlaw at tuyuing mabuti ang buhok sa pamamagitan ng tuwalya. Huwag muling gagamitin ang tuwalyang ito hanggang di-nalalabhan.
2. Maglagay ng puting suka sa buhok upang lumuwag ang "pandikit" na nagpapakapit ng mga lisa sa buhok.
3. Maglagay ng sapat na Nix Creme Rinse upang lubusang mabasa ang buhok at anit. Siguraduhing basain ang batok at likod ng mga tainga. Kapag nalagyan ang mga mata ng Nix Creme Rinse, banlawan kaagad ng malamig na tubig.
4. Iwan sa buhok ang Nix Creme Rinse nang 10 minuto, at huwag lalampas dito.
5. Banlawang mabuti ang buhok at balat na malapit sa anit. Kuskusin ng bago at tuyong tuwalya. **Huwag** gumamit ng pantuyo ng buhok – ang ibang mga produktong pangkuto ay nagliliyab.
6. Suklayin ang buhok sa pamamagitan ng suyod upang mahanap ang mga lisa. Makakatulong ang pagbabahagi ng buhok. Kailangang matanggal ang lahat ng mga lisa! Maaaring umabot ng 2 o 3 oras, o higit pa, at maaaring kailanganin na kunin ang mga lisa gamit ang kamay, kapag hindi naging mabisa ang suyod.
7. Ilagay ang mga lisa sa isang supot na plastik, itali at itapon. Maghugas ng kamay nang maigi at magkuskos sa ilalim ng mga kuko.
8. Gumamit ng malinis na mga damit sa pagbibihis ng iyong anak.

Kung ikaw ay bumili ng Rid o anumang produkto ng tindahan na mayroong piperonyl butoxide, gamitin ang produkto sa <u>tuyong buhok</u>. Magsimula sa Hakbang 3 sa itaas at sundin ang mga hakbang upang gamitin ang produktong ito kaysa Nix.

## Special Warnings About Lice Products

- If you or your child is allergic to ragweed, check with your doctor or pharmacist before using any brand of medicated rinse or shampoo. The active ingredient in some brands such as Rid, Pronto and A-200 could cause a serious allergic reaction.
- Do not use lice products on children younger than 2 years.
- Do not handle or use lice products if you are pregnant or breastfeeding.
- House pets do not carry human lice and should not be treated.

## After Treatment

- If you see live lice 10 days or more after the treatment, you can repeat the treatment one time. Check the hair and scalp of all family members every day. If you find eggs or lice, treat their hair and clothing the same way.
- **Do not** wash the hair for 2 days after the treatment.
- **Do not** use hair conditioner for 10 days.
- Pest control sprays can be harmful to children and should not be used in the home.
- Head lice can live away from the human body for only 55 hours.

## Espesyal na mga Babala Ukol sa mga Produktong Pangkuto

- Kung ikaw o ang iyong anak ay hindi hiyang sa ragweed, mangyaring kumunsulta sa iyong doktor o parmasiyotiko bago gumamit ng anumang marka ng may gamot na pambanlaw o panggugo. Ang aktibong sangkap ng ilang mga marka tulad ng Rid, Pronto at A-200 ay maaaring magsanhi ng malalang di-hiyang na reaksiyon.
- Huwag gamitin sa mga batang wala pang 2 taong gulang ang mga produktong pangkuto.
- Huwag humawak o gumamit ng mga produktong pangkuto kung ikaw ay nagdadalantao o nagpapasuso.
- Ang mga alagang hayop sa bahay ay hindi nagtataglay ng mga kuto ng tao at hindi dapat gamutin.

## Matapos Gamutin

- Kapag nakakita ka ng buhay na mga kuto matapos ang paggagamot sa loog ng 10 araw o higit pa, maaari mong ulitin ang paggagamot ng isang beses. Suriin ang buhok at anit ng lahat ng mga miyembro ng pamilya araw-araw. Kapag nakahanap ka ng mga lisa o mga kuto, gamutin ang kanilang buhok at pananamit sa parehong pamamaraan.
- **Huwag** hugasan ang buhok nang dalawang araw matapos gamutin.
- **Huwag** gumamit ng conditioner sa buhok sa loob ng 10 araw.
- Ang mga bombang pampigil ng mga peste ay maaaring makasama sa mga bata at hindi dapat gamitin sa bahay.
- Ang mga kuto ay maaari lamang mabuhay sa labas ng katawan ng tao nang hindi hihigit sa 55 oras.

## To Clear Lice from the Home

- Wash all washable clothing (including hats, scarves, and coats) and all bed linens, towels and washcloths that have had contact with anyone with lice in the past 3 days. Machine-wash in hot, soapy water and dry. Use the hot cycle of a dryer for at least 20 minutes.
- Soak combs, brushes, hair barrettes, hair bands and sports helmets in very hot water (130ºF) for 10 minutes.
- Pillows, stuffed animals, clothing and other things that cannot be washed may be dry cleaned or put in air tight plastic bags for 2 weeks.
- Vacuum all carpets and furniture. Put the vacuum cleaner's dust bag in a plastic bag, tie tightly and throw away.

## School and Other Parents

- Tell your child's school that your child has lice. The other children will be checked and treated if needed.
- Check with your child’s school. In some school systems the child’s hair must be free of all eggs before the child may go back to school.
- Tell the parents of your child’s friends so they can check their children.

## Pagtatanggal ng mga Kuto sa Bahay

- Labhan ang lahat ng mga pananamit na maaaring labhan (kasama ang mga sumbrero, mga bandana at mga amerikana) at lahat ng mga kumot at mga tuwalya na nadiit sa sinumang nagkakuto sa nakalipas na 3 araw. Labhan sa makinang panlaba gamit ang mainit at mabulang tubig at tuyuin. Gamitin ang mainit na siklo ng pantuyo nang di bababa sa 20 minuto.
- Ibabad ang mga suklay, mga brush, mga ipit ng buhok, mga pantali ng buhok at mga helmet na pampalakasan sa napakainit na tubig (55ºC [130°F]) sa loob ng10 minuto.
- Ang mga punda, pinalamanang mga hayop, mga pananamit at iba pang mga bagay na hindi maaaring labhan ay maaaring ipalinis nang tuyo o ilagay sa mga supot na plastik sa loob ng 2 linggo.
- Linisin ang lahat ng mga karpet at mga kasapangkapan sa pamamagitan ng panlinis na bakyum. Ilagay sa isang supot na plastik ang lahat ng alikabok ng panlinis na bakyum, itali nang mahigpit at itapon.

## Ang Paaralan at Ibang Mga Magulang

- Ipaalam sa paaralan ng iyong anak na may kuto ang iyong anak. Ang ibang mga bata ay susuriin at gagamutin kung kinakalingan.
- Magtanong sa paaralan ng iyong anak. Sa ilang mga sistema ng paaralan, kailangang walang anumang lisa ang buhok ng bata bago makabalik ang bata sa paaralan.
- Sabihan ang mga magulang ng mga kaibigan ng iyong anak upang masuri nila ang kanilang mga anak.

## Prevention

- Teach your child to “Never share what touches the hair”. Children should not let anyone else use their comb, brush, hats, scarves, pillows, hair accessories or helmets. They should not borrow them from others either.
- Shampoo the hair 2 or 3 times a week.

**Talk to your child’s doctor or your local health department if you have any questions or concerns.**

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital, Columbus, Ohio. Available for public use without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.
Unless otherwise stated, user may print or download information from this site for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

## Pagpigil

- Turuan ang iyong anak na “Huwag magpapahiram ng anumang nadidikit sa buhok”. Ang mga bata ay hindi dapat nagpapagamit kaninuman ng kanilang mga suklay, mga brush, mga sumbrero, mga bandana, mga unan, mga kagamitan sa buhok o mga helmet. Hindi rin sila dapat nanghihiram sa iba.
- Gamitan ng panggugo ang buhok, dalawa o tatlong beses sa isang linggo.

**Mangyaring makipag-usap sa doktor ng iyong anak o sa inyong lokal na kagawaran ng kalusugan kung ikaw ay may mga tanong o mga pag-aalala.**

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital, Columbus, Ohio. Available for public use without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.
Unless otherwise stated, user may print or download information from this site for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.