

## **ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ОТ ЗАРАЖЕНИЯ ВШАМИ**

Избегание общения и близких телесных контактов с людьми, живущими в антисанитарных условиях, или теми, у кого имеются выраженные симптомы педикулеза - гниды на волосах, следы укусов, постоянное чесание головы или туловища.

Отказ от случайных половых связей. Именно они в большинстве случаев становятся причиной заражения лобковыми вшами - ещё более неприятными паразитами, чем вши головные.

Использование исключительно собственных головных уборов, расчесок, заколок, резинок, обручей, косынок. Таким, казалось бы, простым образом осуществляется вполне эффективная профилактика от попадания вшей и гнид на голову.

Регулярная смена и стирка белья, желательно - при высокой температуре.

Внимательный осмотр волос, наблюдение за собственными ощущениями.

Применение специальных отпугивающих средств, многие из которых практически не имеют запаха.

Регулярная обработка головы шампунями против вшей в малых количествах.

Особенно сложна профилактика от вшей у детей. Им сложно объяснить, почему нельзя одевать шапку своего друга и чем могут быть чреваты игры с «уличными» детьми. У детей нужно дополнительно внимательно проверять состояние волос, контролировать их поведение и использовать средства профилактики типа отпугивающих средств и шампуней от вшей.

Для профилактики заражения платяными вшами следует в первую очередь следить за чистотой одежды, регулярно стирать её и менять. Нельзя ходить более 4-5 дней без смены нижнего белья.

## **НАРОДНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ ВШЕЙ**

Использование отпугивающих веществ. Например, масло чайного дерева или лаванды, чемеричная вода, отвар пижмы. Известно, что чеснок - тоже весьма надежное средство для профилактики от вшей, но его использование в общественных местах вряд ли может быть удобным. Можно использовать клюквенный сок, настойку репешка обыкновенного, отвар зверобоя и лимонный сок.

Регулярное мытье головы дегтярным мылом или шампунями с березовым дегтем.

Выглаживание одежды с паром вещей после стирки.