



saçta bitlenme ...

... ne yapmalı?

kopfläuse...was tun?

türkische Fassung



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Künye

Bu broşür, Federal Sağlık Bakanlığının talimatıyla, Federal Sağlık Bilgilendirme Merkezi (BZgA: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung), Köln tarafından yayına hazırlanmıştır.

Tüm hakları saklıdır.

BZgA proje yöneticisi: Ursula Münstermann

Metin: Daniela Böhmler, Köln

Tasarım: www.medienwerkstatt-ecc.de

Baskı: Rasch, Bramsche

Baskı kodu: 1.75.01.08

Fotoğraf hakları:

S. 9, 12 © www.fotolia.de (Hallgerd, Michal Miasko)

Fotoğraflarının kullanımına izin veren kuruluşlar:

S. 7 © Gesundheitsamt Bremen (Bremen Sağlık Dairesi),

S. 8, 10, 11 © www.pediculosis-gesellschaft.de

Basım Tarihi: Ocak 2008

Sipariş adresi



BZgA, 51101 Köln veya

E-Mail: order@bzga.de

Sipariş no.: 60020060

BZgA'nın broşürü ücretsizdir. Bu broşür, kesinlikle aracı kurum veya üçüncü kişiler tarafından para karşılığı satılamaz.

Metnin içeriği düzenli olarak güncellenmektedir.

İçindekiler

Giriş	4
Bitlenme nasıl gerçekleşir?	5
İnsan bitlendiğini nasıl fark edebilir?.....	6
Saç bitleriyle nasıl mücadele edilir?	9
Yapılması gereken başka neler var?	12
Hangi temizlik önlemleri alınmalı?	13
Saç, kasık ve giysi bitleri.....	14
Bit ilaçları zararlı mıdır?	15
Evde kullanılan kimyasallarla bitlere karşı mücadele edilebilir mi?	17
Bulaşma tehlikesi ne kadar süre devam eder ve çocuğum ne zaman yeniden okuluna ya da yuvasına devam edebilir?.....	18
Bit alarmı: Bitlerden hızla nasıl kurtulursunuz – Önemli noktalara genel bir bakış	20
Saç bitlerine karşı başarılı bir mücadele için tedavi planı	22



Kısa bir giriş

Bitlenme, tarihin her döneminde Avrupa'da görülmüştür. Bitler bulaşıcı hastalık taşımazlar, ancak çok kolay yayılırlar.

Günümüzün son derece yüksek hijyen standartları, bitlenme konusunda bir değişiklik sağlayamamıştır, çünkü bitlenme kişinin temizlik derecesiyle ilişkili değildir. Bitler, son derece bakımlı ve temiz saçlara bile rahatlıkla yerleşip çoğalabilirler. Hatta yeni yıkanmış saçları tercih bile ederler.

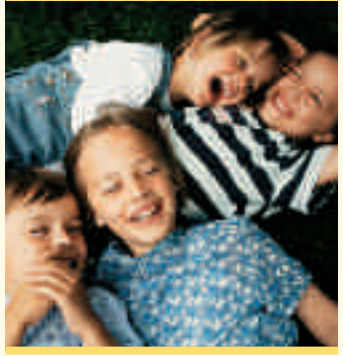
Dolayısıyla herkes bitlenebilir ve bu durumda utanılacak hiç bir şey yoktur. Önemli olan bu kan emici asalaklardan en kısa zamanda kurtulmak ve bunların başkalarına bulaşmasını engellemektir.

Bu broşür, size en önemli ve temel bilgileri aktarmak için hazırlandı.



Bitlenme nasıl gerçekleşir?

Bitler uçamaz ya da zıplamazlar. Fakat son derece çevik hareket ederler. Dolayısıyla bu istenmeyen misafirler aile ve arkadaş çevresi içerisinde olmanın rahatlığıyla yapılan sarılıp öpüşme, kucaklaşma ve başların birbirine teması gibi hallerde bir baştan diğerine rahatlıkla geçebilirler. Hangi saç köküne yerleşecekleri konusunda seçici değillerdir ve



her yeni baş, yeni bir yuva ve besin kaynağı olarak bitlerin işine gelir. Sorunun göz ardı edilmesi halinde bütün aile, arkadaş çevresi, sınıf ve çocuk yuvasındaki diğer çocuklar bitlenme tehlikesiyle karşı karşıya kalır.

En yoğun vücut bakımına ve saçların her gün düzenli yıkanmasına rağmen, herkes bitlenmeye maruz kalabilir!



Bitlerin en yaygın bulaşma yolu, doğrudan başların birbiriyle temas etmesidir. Ortak kullanılan eşyalar yoluyla bulaşma son derece seyrek rastlanan bir durumdur. Çünkü bitler, her gün birden çok defa kan emerek beslenmedikleri takdirde hızla kurumakta ve besinleri olmadan en fazla 55 saatte ölmektedirler. Bu yüzden de bitler, besin kaynakları olan bir başı asla kendiliklerinden terk etmezler.

Dolayısıyla eşyalar yoluyla bulaşma, bir istisnadır ve ancak çok kısa bir süre içerisinde o eşyanın ortak kullanılması durumunda bitlenmenin eşya yoluyla geçmesi söz konusu olabilir.

Not: Ev hayvanları bitler için taşıyıcı değildirler.

İnsan bitlendiğini nasıl fark edebilir?

Saç derisinin şiddetlice kaşınması halinde bu küçük kan emicilerin sizi yeni kurbanları olarak seçip seçmediğini kontrol etme zamanınız gelmiş demektir. Ayrıca henüz fark edilir herhangi bir durum olmasa dahi, yakın çevrenizde ya da çocuğunuzun devam ettiği okul ya da yuvada bir bitlenme vakası bildirilir bildirilmez tüm aile üyelerinin başları çok dikkatlice kontrolden geçirilmelidir.

Bitlenince neden sürekli kafamız kaşınır?

Bitlenme durumunda kafanın sürekli ve şiddetle kaşınması, bitlerin her kan emişlerinde küçük bir miktar salgıyı saç derisine bırakmasından kaynaklanır. Bu yüzden insan istemsizce kaşınmaya başlar ve bu deride iltihaplanma riski taşıyan küçük yaralar oluşmasına sebep olur. Bu bakteriyel deri enfeksiyonlarına ve daha ağır vakalarda lenf düğümlerinde şişliklere yol açabilir. Bu tür durumlarda doktora başvurulması gerekmektedir.



Başınızda yapacağınız bit kontrolü için en uygun yöntem, bit tarağı olarak adlandırılan tarakla saçlarınızı tutamlara ayırıp kökünden ucuna kadar özenle taramanızdır. Bu uygulama sırasında saç kremi kullanmak, hem bu çok ince dişli tarağın saçınızdan geçmesini kolaylaştıracak hem de bitlerin taraktan kaçmalarına engel olacaktır. Daha sonra tarağı bir beze ya da bir kağıt

havluya silmelisiniz. Bitlenme söz konusuysa bu bezin üzerinde bitlere, yumurtadan yeni çıkmış larvalara ya da halk arasında "sirke" denen bit yumurtalarına rastlayacaksınız.



Bit tarağı nedir?

Bit ya da sirke tarağı olarak adlandırılan taraklar, dişleri arasındaki açıklık 0,2 mm.yi geçmeyecek sıklıktaki özel taraklardır. Bu yüzden, bit, sirke ve larvaları yakalamak için son derece ideal yapıdadırlar. Bit tarağını eczanelerden edebilirsiniz.

Altı bacaklı olan saç bitleri en fazla 3 mm büyüklüğünde ve normalde gri renktedirler. Eğer yeni kan emmişlerse kızılımsı bir renk alırlar. Çıplak gözle rahatlıkla görülebilirler. Bit larvalarıysa bundan biraz daha küçüktür ve bunları görebilmek için bir büyüteç kullanılabilir.

Eğer başa henüz az sayıda bit yerleşmişse kontrol sırasında tespit edilememiş olabilirler. Neredeyse her bitlenme vakasında bitlerinin yanı sıra sirkelere de rastlanır. 0,8 mm büyüklüğünde ve damla şeklinde olan bu ufak yaratıklar kepeği andırırlar. Ama kepekten farklı olarak yıkamayla ya da silkelemeyle dökülmez, saça sıkı sıkı yapıştıklarından, ancak bir bit ya da sirke tarağı kullanılarak tutundukları yerden çekilip alınabilirler. Başın incelenmesi sırasında kahverengi-gri arası sirkelerin bulunmasının yanı sıra, larvalar dışarı çıktığı içi boşalmış beyaz parlak keseciklere de rastlanabilir.

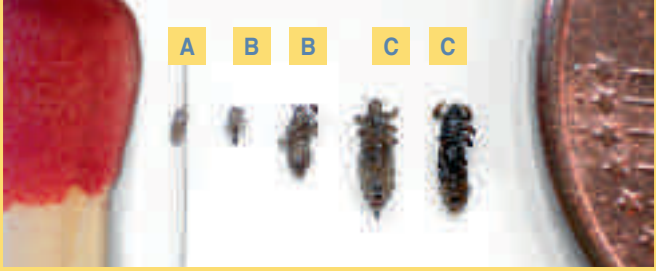
Eğer, bitlere, larvalara ya da saç derisine bir santim mesafede yapışık halde bulunan sirkelere rastlanırsa, bu yeni başlamış bir bitlenme vakasının söz konusu olduğunun kesin göstergesidir. Saç derisine bir santimden uzun mesafede rastlanan beyaz sirkelerin (keseciklerin) içleri genellikle boştur. Saç bitleri yumurtalarını saç derisinden 1 ila 2 mm mesafeye bırakırlar ve larvalar 6 ila 10 gün içerisinde yumurtadan çıkarlar. Saçlar her ay yaklaşık 10 mm uzadıkları için de, deriden bu kadar uzaklaşana kadar kesecik içindeki larva çıkmış olur. Bu boş

kesecikler, özellikle de yeni tedavi uygulanmış kişilerde görülmektedir.

Boş kesecikler bit bulaştırma riski taşımazlar ve saçtan uzaklaştırılmaları bayağı zor olduğu için de, başarıyla sonuçlanmış bir bit tedavisi sonrasında da uzun bir süre daha saçta görülebilirler.

Bitlerin yaşam döngüsü...

... yumurtadan larvaya ve larvadan yetişkin bitlere doğru aşamalı olarak ilerler. Sirke olarak da adlandırılan kitinden kesecikler (A), dişi bit tarafından saç derisine yakın bir noktaya bırakılır ve suyla uzaklaşmayacak şekilde yapışır. Yumurtlamanın ardından 8 ila 10 gün içerisinde larvalar (B) yumurtadan çıkarlar. Bu larvalar 9 ila 11 gün içerisinde gelişimlerini tamamlayarak yetişkin bitlere (C) dönüşürler. Bu şekilde döngü yeniden başlamış olur.



Büüklük karşılaştırması için kibrit/1 Cent bozuk para

Yumurtadan çıkıştan, yeni oluşan dişi bitin yumurtlamasına dek 17 ila 22 günlük bir süre geçer. Erişkin dişi bitler her gün çok sayıda yumurta bırakırlar (bu yaklaşık dört haftalık ömürleri süresince toplam 90 ila 140 adede ulaşır). Bitlenme vakasında tedavinin başarılı olabilmesi için, tam olarak bu yaşam döngüsünün süresine göre ayarlanması gerekir. Aksi takdirde döngü yeniden başlayacaktır. Bu sebepten ötürü, broşürde verilen zaman çizelgesine net bir şekilde uyulmasına dikkat edilmesi gerekmektedir.

Saç bitleriyle nasıl mücadele edilir?

Günümüzdeki yaklaşıma uygun tedavi biçimi şöyledir: doktorunuza başvurarak ya da eczanelerden alabileceğiniz ruhsatlı ilaçları başa uygularken, bir taraftan da düzenli ve özenli bir şekilde saçların bit tarağı ve saç kremi kullanarak taranması yöntemini uygulamanız tavsiye edilmektedir. Her iki yöntemin bir arada uyguladığınız takdirde bitlerden çok yüksek bir olasılıkla tümüyle kurtulacaksınız.



1. Ruhsatlı tıbbi ürünler ve ilaçlarla tedavi

Doktorunuzdan alacağınız reçeteye ya da eczanelerden reçetesiz olarak bit tedavisinde kullanılan ruhsatlı ürünleri satın almanız mümkündür. Bir çocuk doktoruna danışıp reçete yazdırdığınız takdirde sağlık sigortaları çocuğunuzun tedavi masraflarını karşılamaktadırlar. Eczaneden aldığınız ilaçla tedaviyi kendi evinizde başarıyla gerçekleştirebilirsiniz.

Bit ilaçları genellikle solüsyon, şampuan ya da sprey şekillerinde piyasada bulunur. Uygulama sırasında kullanma talimatlarına kesinlikle uymanız, tedavinin başarıyla sonuçlanabilmesi için şarttır.

Ruhsatlı bit tedavisi ürünlerinin çoğu, yalnızca yetişkin bitler ve larvalar üzerinde kesin ve garantili bir etki sağlarlar. Henüz yumurtada olan sirkelere karşı ise sınırlı etki veya hiç etki göstermezler. Bu sebepten dolayı ilk tedaviden 7 ila 8 gün sonra yeniden yumurtadan çıkan larvalar söz konusu olabilir. Bu larvalar henüz yerleştikleri başı terk edemezler ve bu yüzden başkalarına bulaşma tehlikesi yoktur. Fakat 11. günden itibaren kaydettikleri gelişim sayesinde genç dişi bitler, içinden yeniden larvaların çıkacağı yeni yumurtalar bırakabilecek aşamaya gelirler. Bu döngünün süregitmesini engellemek için tedaviden sonra-

ki 8, 9 ya da 10. günlerden birinde **tedavinin ikinci kez uygulanması** şarttır (tedavi günü 1. gün kabul edilerek). Bu ikinci tedavi sayesinde ilk tedavinin ardından yumurtadan çıkan tüm larvalar ortadan kaldırılır.



Dikkat! Uygulama hataları tedavinin başarısını olumsuz yönde etkileyebilir!

Örneğin:

- tedavi ürününün gerekenden kısa süre uygulanması
- ürünün yeterli miktarda kullanılmaması
- ürünün başa eşit şekilde yayılarak uygulanmaması
- ürünün çok ıslak saçta uygulanarak aşırı seyrelmesine yol açılması
- ikinci tedavi uygulamasının yapılmaması
- ikinci tedavinin çok erken ya da çok geç uygulanması

2. Bit tarağı ve saç kremiyle ıslak tarama

Bit tedavisi ürününün kullanımına ek olarak saçların her 4 günde bir (tedavinin 1, 5, 9 ve 13. günlerinde) yumurtadan çıkan larvaları etkisiz hale getirmek için saç

kremi uygulanarak bit tarağıyla taranması gerekmektedir. Bu uygulamada, saçlara herhangi bir saç kremi uygulayıp, saçları tutamlara ayırın ve kökünden ucuna kadar her bir tutamı bit tarağıyla özenle tarayın. Her tutamın taranmasının ardından bit tarağını bir beze ya da kağıt havluya sıyırın. Eğer sıyırdığınız bez üzerinde larvalara rastlarsanız aynı tutamı yeniden dikkatlice tarayın.



Not: Broşürün 22. ve 23. sayfalarında, tedavinin gerekli adımlarını işaretleyebilmeniz için tedavi aşamaları bir tablo halinde yer almaktadır. Bu tablo, tedaviyi başarıyla uygulamanızda size yardımcı olacaktır!

Hamilelerde, bebek emziren annelerde ya da belli maddelere karşı alerjik olan (örneğin kasımpatı alerjisi) kişilerdeki bitlenme vakaları gibi, bit tedavisi ürünlerinin kullanılmasının mümkün olmadığı durumlarda bit tarağı ve saç kremiyle ıslak tarama yöntemi tek başına da uygulanabilir. Bit ilacı kullanmadan yalnızca tarama yoluyla yapılacak mücadele, her iki yöntemin de uygulandığı tedaviye oranla elbette daha az etkilidir. Saç kreminin sirkeleri, larva ve bitleri öldürmek için değil, yalnızca taramayı kolaylaştırmak amacıyla kullanıldığını lütfen unutmayınız. Tarama yönteminin tek başına işe yarayabilmesi için, aşırı dikkatli ve özenli bir şekilde uygulanması ve burada tarif edilen kurallara harfiyen uyularak gerçekleştirilmesi gerekmektedir.

Başarılı tedavi sonrasında saçlara yapışık kalan boş sirke keseciklerinden kurtulmak için de, saç kremi uygulanan saçların bit tarağıyla taranması en ideal yöntemdir. Her ne kadar artık bulaşma tehlikesi taşımaları da, bir çok insan bu keseciklerden kötü bir görüntü oluşturdukları için kurtulmak istemektedirler.



Aşırı kaşıntı sonucunda saç derinizde yaralar ya da egzama oluşması durumunda, doktorunuza başvurarak kaşıntıyı dindirecek ve yaraları tedavi edecek ilaçlar yazdırmanız gerekir!



Yapılması gereken başka neler var?

Eğer aile bireylerinden birinin başında bitlere, larvalara ya da gelişmekte olan sirkelere rastlarsanız, hemen ailenin diğer üyelerini de dikkatli bir bit kontrolünden geçirmeniz gerekir. Çünkü bitlerin bu arada ailenin diğer üyelerinin başlarına da yerleşmiş olmaları ihtimali mevcuttur.

Bitlenme durumu fark edildiğinde, bitler genellikle geniş bir grup içerisinde (arkadaş çevresi, çocuk yuvası, okuldaki sınıf, vb.) yayılmış olurlar. Bu yüzden bu kan emicilere karşı vereceğiniz zahmetli mücadele tüm grupta toplu olarak uygulanmadığı ve sadece bireysel kaldığı sürece, tüm emeklerinizin boşa çıkması riski yüksektir.



Bu yüzden: Lütfen çocuğunuzun başında bitlenme durumu saptadığınızda çocuğunuzun bütün arkadaşlarının, okul ve çocuk yuvası yönetiminin yanı sıra, kendi kişisel çevrenizi de bilgilendirmeyi ihmal etmeyin. Bu durumda okul ya da yuva yönetimi de, bit mücadelesi konusunda bilgi ve danışmanlık veren anne babalarla okul ya da yuva yönetimi arasında etkin bir işbirliği yürütülmesi için çaba gösteren sağlık müdürlüğüne konuyu iletacaktır. Utanıp, çocuğunun bitlendiğini gizleyen anne babalar bu hareketleriyle bitlerin yayılmasını kolaylaştırır, tek başlarına mücadele etseler de tekrar bulaşma yüzünden bir kısır döngüye girilmesine yol açar ve böylelikle de kendileri dahil herkese zarar verirler!

Hangi temizlik önlemleri alınmalı?

Saç bitlerinin eşyalar aracılığıyla yayılması son derece seyrek rastlanan bir durum olsa da hiç de imkansız bir durum değildir. Örneğin bir bere, bitlenmeye maruz kalmış bir çocuğun başından diğerlerinininkine gezinirse, bir bitin çok tercih etmese de bu gezintiye dahil olması ihtimal dahilindedir.



Tamamen güvende olduğunuzdan emin olmak için, bitlenen kişinin tedavisine ek olarak (en uygunu ilk tedavinin hemen sonrasında) tekstil ürünlerinin yanı sıra, saç derisiyle temas eden tüm eşyaların titizce temizlenmesi faydalı olacaktır.

- Saç fırçaları ve taraklarını sabunlu sıcak suda dikkatlice temizleyin (mümkünse bir tırnak fırçası ya da eski diş fırçası kullanarak)
- Havluların, iç çamaşırların ve nevresim takımlarının yanı sıra pijama, gecelik ve diğer giyim eşyalarını çıkarın ve en az 60 °C'de yıkayın.
- Başlıklar, atkılar, örtüler, yastıklar, oyuncak hayvanlar ve bitlerin bulaşmış olabileceği buna benzer nesnelere 60 °C'de yıkayın ya da 3 gün boyunca ağzı sıkıca kapalı plastik bir torbada muhafaza edin (-10 °C'lik bir sıcaklığın altında olması kaydıyla 2 gün yeterlidir).

Evinizdeki kumaş kaplı mobilyaların ya da halıların böcek ilaçlarıyla dezenfekte edilmesi gibi daha kapsamlı temizlik girişimleri gerekli olmadığı gibi, ilaçların zehirli olmasından dolayı zararlıdır da.

Saç bitleri, giysi bitleri ve kasık bitleri



Almanya'da pek görülmemektedir, ama saç bitlerinin bazı türdeşleri de mevcuttur. Bunlar giysi bitleri ve kasık bitleridir. Kasık ve giysi bitleri bakımından bir bitlenme söz konusuysa, o zaman saç bitlerinin aksine hijyen önemli rol oynar.

Giysi bitleri daha çok gardırop-ları mesken tutarken, kasık bitleri kişinin vücudunda bulunur. Bu bitler saç fazla havadar olduğu için tercih etmezler, ama istisnai olarak saçta da

görülebirlirler. Giysi bitlerinin dayanıklılıkları ve hayatta kalma olasılıkları saç bitlerine oranla daha yüksek olduğundan, bulaşma ve yayılma ihtimallerine karşı daha kapsamlı ve çok yönlü önlemler alınmasını gerektirir.

Yalnızca deneyimli bir parazit uzmanı ya da bu konuda uzmanlaşmış laboratuvar elemanları, giysi ve saç bitlerini birbirinden ayırt edebilir. Genelde giysi bitlerine çok sık rastlanmadığı ve bunların neredeyse asla saçta yerleşmediği de göz önünde bulundurulmalıdır.

Eğer başa çıkılması güç bir bitlenme vakasında konuyla ilgili şüpheleriniz olursa, sağlık müdürlüklerine ya da aile doktorunuza başvurun.

Bit ilaçları zararlı mıdır?

Bitlenme vakalarıyla ilaçla mücadele için, genellikle böcek öldürücü maddeler içeren harici (deriye uygulanan) ilaçlar kullanılması gerekmektedir. Ruhsatlı bit ilaçları, bit üzerindeki etkilerinin yanı sıra yan etkileri ve olası zararları bakımından da yoğun bir incelemeden geçirilmişlerdir. Talimatlara harfiyen uyularak kullanıldıkları sürece, büyük olasılıkla insanlara herhangi bir zarar vermezler ve çocuklar üzerinde de uygulanmasında sakınca yoktur. Yine de yeni doğmuş ve küçük yaştaki çocukların tedavisi söz konusu olduğunda doktor tavsiyesiyle hareket edilmesi gerekir. Doktorunuz size en uygun ilacı önerebilir veya reçete yazabilir.

Bazı vakalarda bu maddeler, hassas bünyelerde alerjik reaksiyonlara ve tahrişe sebep olabilirler. Bu yüzden saç derisinde hassasiyet, son derece seyrek rastlanan MCS-Sendromu (multiple chemical sensitivity- çoğul kimyasal madde hassasiyeti) ya da kasımpatı alerjisi (bazı bit ilaçları, kasımpatı çiçeklerinden elde edilen hammaddeler içerir) gibi durumlar söz konusu olduğunda, doktora danışılmadan kesinlikle herhangi bir bitle mücadele ürünü kullanılmamalıdır.

Hamilelik ve emzirme dönemlerinde belli maddelerin kullanılmaması gerekmektedir. Lütfen bu durumlarda yalnızca saç kremi uygulayarak bit tarağı yardımıyla ıslak tarama (bkz. s. 10) yöntemini uygulayın ya da doktor tavsiyesine başvurun.

Bit ilaçlarındaki kimyasal etken maddeler

Ruhsatlı etken maddeler peremetrin, piretrum ve alletrindir. Bir diğer etken madde olan ve çocuklarda kullanımı yalnızca doktor kontrolünde gerçekleştirilebilen lindan için verilen ruhsat ise 2007 yılı sonunda geçerliliğini yitirecektir.



Son zamanlarda piyasada, bitlenme mücadelesinde farklı şekillerde etki eden yeni ilaçlar yer almaya başlamıştır. Örneğin belli birtakım yağları içeren ve bitlerin solunum yollarını tıkayarak etkisiz etme prensibine dayalı maddeler bulunmaktadır. Bu tür maddelerin etkili sonuçlar verip vermedikleri henüz bilimsel olarak kanıtlanmamış ve kesin olarak belirlenmemiştir.

Bu prensiple etki eden tedavi ürünlerinden birine 2006 yılında Federal Çevre Kurumu tarafından tıbbi ilaç olarak ruhsat verilmiştir. Bu güne kadarki veriler de bu ürünün etkili ve zararsız olduğu yönündedir. Eczanelere danışmanız ve buradan size önerilen uygun ürünü almanız en doğrusu olacaktır.

Evde kullanılan kimyasallarla bitlere karşı mücadele edilebilir mi?

Bitlere karşı mücadelede evinizde bulunan çeşitli ürünlerin (örneğin yağ bazlı çeşitli ürünler vb.) kimi durumlarda işe yaramaları söz konusu olsa da bitlerden kurtulma konusunda güvenilir ve garantili değildirler.

Sıklıkla ama bilinçsizce tavsiye edilen bir diğer yöntem ise bitlerin saç kurutma makinesi vb. aletler kullanılarak sıcak hava yardımıyla öldürülmesidir. Bu önlem güvenilir olmamasının yanı sıra, aşırı sıcak yüzünden saç derisinin zarar görmesiyle sonuçlanabilir. Ayrıca saunaya girmek de bitlerden kurtulmak için uygun bir yöntem değildir.

Saçların çok kısa kesilmesi ya da tamamen kazınması, gerekli olmamasının dışında çocuğunuz için doğal olarak utanç vericidir ve kendisini suçlu hissetmesine sebep olabilir. Bu broşürde de açıklandığı gibi, bu tür radikal önlemlere başvurmadan da, bitlerle mücadele etme yöntemleri zaten mevcuttur.

Evinizdeki materyaller, bitlerle mücadele için uygun değildirler. İstedığınız sonuca ulaşmanızı nadiren sağlarlar!



Bitlerden korunmak mümkün mü?

Bitlerden gerçek anlamda korunmak mümkün değildir. Başka insanlarla temas halinde olan herkes, her an bitlenme tehlikesiyle karşı karşıyadır. Alınabilecek en uygun “önlem”, saçların ve saç derisinin düzenli olarak kontrol edilmesidir. Bu sayede en azından erken teşhis sağlanır ve çocuğunuzu, olası saç derisi enfeksiyonlarından korumanız ve bitlerin diğer insanlara bulaşmasını engellemeniz mümkün olur.

Bulaşma tehlikesi ne kadar süreyle devam eder?

... ve çocuğum ne zaman tekrar okula ya da yuvaya gidebilir?

Bitlenmeye maruz kalan çocuklar (ve yetişkinler) mümkün olduğunca çabuk tedavi edilmelidirler. Yukarıda anlatılan tedavi (s 9) uygulanmadan önce çocukların okula ya da yuvaya devam etmemeleri gerekmektedir. Bitler, okul vb. gibi, kalabalık olan ortamların bulunduğu yerlerde o kadar hızla yayılırlar ki, aynı sınıfa devam eden öğrencilerin ailelerinin mümkün olan en kısa sürede bitlenme vakasından haberdar edilmeleri, kendi çocuklarının saçlarını kontrolden geçirip, sonucu kuruma bildirmeleri konusunda teşvik edilmeleri gerekmektedir.



Enfeksiyonlarla mücadele yasası talimatlarına göre, bitlenmeye maruz kalan kişiler ancak bitlerin yayılması tehlikesi ortadan kalktıktan sonra ortak yaşam alanlarına geri dönebilirler. Bitlenmeye maruz kalan bir çocuğun, bit bulaştırma tehlikesinin ne zaman geçtiği ve artık okuluna devam etmesinin ne zaman mümkün olduğu konusunda aileler, kurum yönetimi ve hatta çocuk doktorları arasında kimi zaman birtakım anlaşmazlıklar yaşanabilir. Almanya'da enfeksiyonla mücadele konusunda yetkili kurumlardan biri olan ve konunun uzmanlarıyla yoğun bir şekilde çalışan Robert Koch Enstitüsü'nün (RKI) tavsiye niteliğindeki görüşüne göre; yukarıda açıklanan bitleri ortadan kaldıran tıbbi

ürün kullanılmışsa (mümkünse ıslak tarama yöntemiyle birlikte uygulanarak), bulaşma tehlikesi tedavinin ilk gününden (bkz. s 22) itibaren ortadan kalkmaktadır. Çocuğunuz hemen ertesi gün okula ya da yuvaya devam edebilir.

Bitlere karşı tedavi için ruhsatlı tıbbi ürünün, mümkünse ıslak tarama yöntemiyle birlikte uygulanmasının ardından, çocuğunuzun okula ya da yuvaya devam etmesinde herhangi bir sakınca bulunmamaktadır!

Unutulmaması gereken en önemli noktalar:

Tedavinin, ilk gününden itibaren tavsiye edilen şemaya göre takip edilmesi ve özellikle de sekiz gün tamamlandığında ürünün ikinci kere uygulanmasının ihmal edilmemesi. Aksi takdirde bu süre içerisinde yumurtadan çıkmış olan larvalar yüzünden bulaşma tehlikesi yeniden ortaya çıkabilir.

Bit tedavi ürününün kullanılmayıp yalnızca ıslak tarama yönteminin uygulandığı tedavilerde, bulaşma tehlikesi ancak sayfa 10'da tarif edildiği şekilde son derece özenle ve dikkatle uygulandığı takdirde kapsamlı bir biçimde bertaraf edilebilir. Okula ya da yuvaya giden çocuklarda bitlenme varsa, ıslak tarama yöntemiyle tedavi uygulandığında, eğitim kurumuna birkaç gün süreyle gitmemeleri ya da ancak doktor kararı doğrultusunda gitmeye başlamaları gerekmektedir (bu noktada yerel düzenlemeler farklı olabilmektedir).

Dikkat edilmesi gereken nokta, çocuğunuzun okula ya da yuvaya dönme koşullarıyla ilgili olarak, yerel düzenlemelere göre farklı kuralların getirilmiş olabileceğidir. Buradaki genel yaklaşım, sağlık müdürlüklerinin ilgili kurum yönetimiyle birlikte (yerel düzenlemelere ve durumun gerektirdiklerine bağlı olarak) ortaklaşa karar vermeleri biçimindedir.

Bit alarmı: Bitlerden hızla nasıl kurtulursunuz – Önemli noktalara genel bir bakış

1

Kontrol/teşhis

- Başın şiddetli kaşınması ya da yakın çevrede bitlenme vakası bildirilmesi durumunda başınızı dikkatlice kontrol edin.
- Saç kremi uyguladığınız saç tutamlara ayırın ve ayırdığınız her bir tutamı bir bit tarağıyla kökünden ucuna dek özenle tarayın.
- Her tutamın taranmasından sonra bit tarağını açık renkli bir beze ya da kağıt havluya sıyırın.
- Bitlere, larvalara ya da sirkelere rastladığınız takdirde geri kalan aile üyelerini son derece titiz bir kontrolden geçirin ve bit bulaşan herkese tedaviyi eksiksiz uygulayın.

2

Bit ilaçlarıyla tedavi

- Bitlenme durumunda başınıza, eczaneden alacağınız ruhsatlı bir ilaç ya da tedavi ürününü uygulayın. Prospektüsü okuyun ve prospektüste yazılmış olan talimatlara harfiyen uyun.
- İlk tedaviden sonra (o günü 1. gün kabul ederek) takip eden 8, 9 ya da 10. günlerden birinde, kesinlikle tedaviyi tekrar uygulayın.
- Emzirme ve hamilelik dönemlerinde bit ilaçlarının kullanımına dikkat edin. Yalnızca saç kremi uygulanmış saçın bit tarağıyla taranması biçimindeki ıslak tarama yöntemini uygulayın (bkz **madde 3**) ya da doktorunuza başvurun.
- Yeni doğmuş bebeklere ve küçük yaştaki çocuklara tedavi uygulamadan önce mutlaka doktora danışın.

Saç kremi ve bit tarağıyla tarama

- İlk tedaviden hemen sonra saç kremi uyguladığınız ve tutamlara ayırdığınız saçın her tutamını bit tarağıyla kökünden ucuna dek özenle tarayın. Tarağı daha sonra bir beze ya da kağıt havluya sıyırın.
- Islak tarama uygulamasını iki hafta boyunca her dört günde bir tekrarlayın (1. gün, 5. gün, 9. gün ve 13. gün)

Çevrenin bilgilendirilmesi ve kontrol edilmesi

- Bitlenme durumunda çocuğunuzun devam etmekte olduğu okul ya da bakım kuruluşunun yanı sıra yakın çevrenizi de konudan haberdar edin.
- Yakın temas içinde bulunulan (aile, sınıf ve yuva arkadaşları) herkesin dikkatli bir kontrolden geçirilmesi ve gerektiği takdirde tedavi edilmesi gerekir.

Ek önlemler

- Saçlarla temasa eden tüm tekstil eşyalarını ve diğer eşyaları titizce temizleyin (çamaşırları en az 60 derecede yıkayın. Diğer eşyaları ise 3 gün süreyle ağzı sıkıca kapatılmış plastik torbada muhafaza edin).
- Dezenfekte edici ya da böcek öldürücü ek ürünlere gerek yoktur.

Saç bitlerine karşı başarılı bir mücadele için tedavi planı

- Bitlenme vakasının tedavisinde tablodaki plana uygun hareket edin.
- Bit ilacıyla tedavi: 1. gün, ardından 8, 9 **ya da** 10. gün
Tarama: 1, 5, 9 **ve** 13. gün
- 1. gün, ruhsatlı bir tıbbi ürün uygulanarak bitlenmeye karşı ilk tedavinin yapıldığı gündür (bu ilk tedavi, bitlenmenin tespit edilmesinin ardından mümkün olduğunca hızla uygulanmalıdır).
- Tedavinin her aşamasında, uyguladığınız tedavi adımı- nı tablodaki uygun alana işaretleyin.
- Mavi kısımların tümü işaretlendiğinde, tedavi sona ermiş demektir.
- Başı son olarak dikkatlice kontrol edin.

Sorularınız olduğu takdirde, güvendiğiniz bir doktora ya da yerel sağlık müdürlüklerine başvurun.

Saç bitleri konusundaki güncel bilimsel bilgilere, tartışmalara ve yeniliklere ulaşmak isterseniz Federal Sağlık Bilgilendirme Merkezi'ne ait internet sayfasını ziyaret edebilirsiniz.

■ www.kindergesundheit-info.de

Konuyla ilgili daha geniş kapsamlı bilgileri Robert Koch Enstitüsü'ne ait internet sayfasında bulabilirsiniz.

■ www.rki.de

Gün	Tarih	Ruhsatlı tedavi ürününün uygulanması	Bit tarağı ve saç kremiyle tarama
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9 ¹			
10			
11			
12			
13 ²			

¹Önemli not: İkinci tedavi 8. ya da 10. günde de uygulanabilir.

²Son kontrol. Tamamen güvende olmak için 17. günde son bir tarama daha ek olarak yapılabilir.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Federal Sağlık Bilgilendirme Merkezi (BzgA), Köln