



331, rue du Couvent  
Maniwaki (Québec) J9E 1H5

Téléphone : (819) 449-7866

Télécopieur : (819) 449-2636

www.cshbo.qc.ca

## EN SAVOIR DAVANTAGE SUR LES POUX

Maniwaki, le 1<sup>er</sup> octobre 2014,

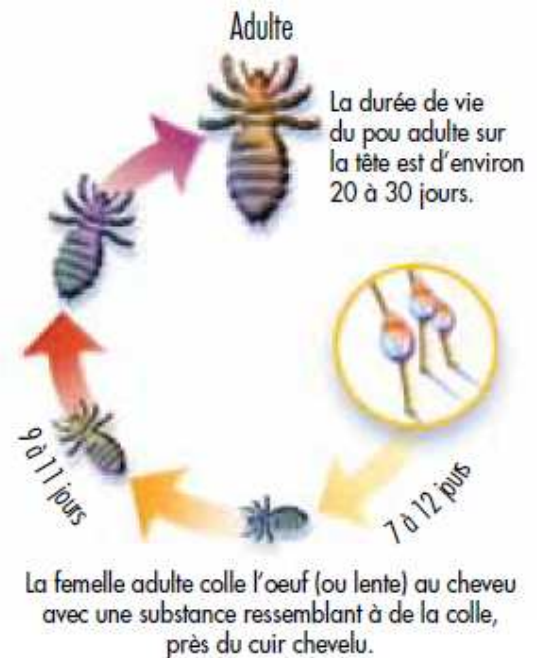
Mesdames,  
Messieurs,

Chaque automne, à la rentrée scolaire, le problème des poux de tête refait surface dans nos écoles, et il n'est pas rare que ces petits insectes occasionnent bien des casse-têtes. Or, dans le but de vous informer davantage et afin de nous aider à bien contrôler ce phénomène, nous vous transmettons quelques précisions, conseils et trucs.

Les poux existent depuis toujours et ils ne sont pas près de disparaître. Heureusement, ils ne sont pas dangereux et il est possible de réduire leur transmission.

**Des petits gestes simples pour prévenir:** demander à votre enfant d'éviter de partager avec des amis les peignes, les brosses à cheveux, les barrettes, les chapeaux, tuques, bandeaux, foulard ou autres items du genre. On peut aussi attacher les cheveux longs. Des gestes simples pour réduire les risques de contagions.

**Garder l'œil ouvert:** procurez-vous un peigne fin (peigne conçu spécialement contre les poux, vendu à votre pharmacie) et prenez l'habitude d'examiner la tête de votre enfant chaque semaine. Cela permettra de détecter et traiter rapidement les enfants atteints et limiter la contagion dans votre famille et à l'école.



Pendant l'année scolaire, il se peut que la tête de votre enfant soit examinée par un membre du personnel ou par une autre personne mandatée par l'école. Cela nous aidera à contrôler plus facilement les épidémies de poux.

**Encore des lettres...:** Vous recevrez peut-être, durant l'année scolaire, une ou des lettres vous signalant un cas de poux à l'école de votre enfant. Prenez le temps de bien les lire et de suivre les recommandations qui vous seront faites.

**Votre collaboration est essentielle pour la prévention et le contrôle des poux de tête.**

Pour en savoir davantage, consultez le site Internet: <http://santepublique-outaouais.qc.ca/actualites/maladies-infectieuses/poux/>

## L'EXAMEN DE LA TÊTE AVEC UN PEIGNE FIN

L'examen de la tête avec un peigne fin est un bon moyen pour détecter rapidement une infestation par les poux et améliorer l'efficacité des traitements avec des produits contre les poux.

Idéalement, il faudrait faire un examen de la tête avec un peigne de routine une fois par semaine pendant les périodes critiques de l'automne, de l'hiver et au retour des vacances. De plus, si quelqu'un de l'entourage a des poux, un examen plus fréquent peut être nécessaire.

**« Les poux sont associés à tort à un manque d'hygiène. Ils attaquent tout le monde, les riches comme les pauvres. Ils aiment autant les cheveux propres que les cheveux sales . »**



**Poux de tête adulte**



**Lente vivante**



**Taille réelle**

Matériel requis:

- Eau tiède à portée de main;
- Une serviette en tissu;
- Un peigne ordinaire ou une brosse à cheveux;
- Un peigne fin pour les poux;
- Un essuie-tout en papier;
- Une source de lumière;
- Une loupe si possible;.

<sup>1</sup> Commission scolaire des Hauts-Bois-de-l'Outaouais

<sup>2</sup> Centre de santé et de services sociaux de La Vallée-de-la-Gatineau

<sup>3</sup> Centre local de service communautaire

## GUIDE DE TRAITEMENT POUR LES POUX DE TÊTES

Calendrier à suivre	
Jour 0	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examiner la tête, les sourcils et la barbe de tous les membres de la famille à l'aide d'un peigne fin;</li> <li>Appliquer un produit contre les poux sur les cheveux <b>des personnes infestées seulement</b>;</li> <li>Nettoyer les objets et vêtements selon les indications au bas de la page;</li> <li>Aviser l'école et les parents des amis en contact étroit.</li> </ul>
Jour 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passer le peigne fin dans les cheveux des personnes traitées pendant au moins <b>15 minutes</b> pour enlever les poux et les lentes.</li> </ul>
Jour 9	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Réappliquer le même produit sur les cheveux des personnes infestées au jour 0</b>;</li> <li>Examiner la tête, les sourcils et la barbe de tous les membres de la famille à l'aide d'un peigne fin.</li> </ul>
Jour 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passer le peigne fin dans les cheveux des personnes traitées pendant au moins <b>15 minutes</b> pour enlever les poux et les lentes.</li> </ul>
Jour 17	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examiner la tête, les sourcils et la barbe des personnes traitées à l'aide d'un peigne fin.</li> </ul> <p>S'il y a encore des poux vivants après un premier traitement de 17 jours:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>changer de catégorie de produit;</li> <li>recommencer un nouveau calendrier de traitement au Jour 0.</li> </ul> <p>S'il y a encore des poux vivants après un deuxième traitement de 17 jours :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>consulter un professionnel de la santé.</li> </ul>

*« Les poux existent depuis des siècles. Ils étaient très répandus en Europe jusqu'au siècle dernier et les anthropologues ont découvert des signes de ces intrus agaçants qui dataient de l'époque des momies égyptiennes et de la Grèce ancienne. »*

Nettoyage des articles pour les soins des cheveux (peigne, brosse)	Nettoyage de la literie et des articles portés sur la tête au cours des 2 derniers jours
<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire tremper dans <b>l'eau chaude</b> (environ 65 °C ou 150 °F), pendant 10 minutes.</li> </ul> <p><b>ou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entreposer dans un sac de plastique bien fermé pendant dix jours.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Faire sécher dans la sècheuse, à température élevée, pendant 20 minutes.</li> </ul> <p><b>ou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faire nettoyer à sec.</li> </ul> <p><b>ou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entreposer dans un sac de plastique bien fermé pendant dix jours.</li> </ul>
<p><b>Ne pas</b> vaporiser la maison, les meubles ou autres objets avec un insecticide. Cette mesure est inefficace et peut représenter un risque pour la santé.</p>	

Tableaux tirés du document *Guide de traitement pour les poux de tête*, présenté par l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais, en mars 2013.

Les poux de tête sont des insectes grisâtres de la grosseur d'une graine de sésame qui se nourrissent de sang. Ils aiment autant les cheveux propres que les cheveux sales et touchent tout le monde. Une femelle peut pondre jusqu'à dix lentes (œufs) par jour. Les œufs vivants sont blanc grisâtre et luisants. Ils se tiennent près de la racine du cheveu et sont très difficiles à enlever. Les œufs morts sont beaucoup plus blancs et se retrouvent loin du cuir chevelu.

La transmission d'une personne à une autre se fait par contact direct des cheveux. Contrairement à la croyance populaire, les poux ne volent pas et ne sautent pas d'une tête à une autre. De plus, la transmission via les objets comme les brosses ou les oreillers se fait difficilement, car un pou ne peut survivre plus de trois jours loin du cuir chevelu.

Le principal symptôme est bien entendu la démangeaison au niveau de la tête, du cou et des oreilles. Par contre, les poux ne causent pas toujours des démangeaisons. Vous pouvez également remarquer des petits points rouges au niveau du cuir chevelu. Ce sont des taches de sang puisque les poux mordent pour se nourrir.

<http://www.brunet.ca>

Mesdames,  
Messieurs,

Nous espérons que ce document puisse vous aider à démystifier, prévenir et traiter ce phénomène qu'est les poux.

Sachez que lorsque nécessaire, nous déployons tous les moyens possibles pour réduire la transmission des poux dans nos écoles. Nous savons que cette problématique est très inconfortable et nous le regrettons.

**Il est primordial d'aviser l'école de votre enfant lorsque vous détectez la présence de lentes (œufs) ou de poux dans la tête de celui-ci, afin que nous puissions limiter l'éclosion dans l'école.**

**N'hésitez pas à contacter votre école, si vous avez des questions ou des commentaires.** De plus, nous vous invitons à communiquer avec le service Info-Santé au 811, pour ce qui a trait à des questionnements sur la santé de votre enfant.

Merci pour votre collaboration.

/cb

---

## ADRESSES INTERNET UTILES:

<http://santepublique-outaouais.qc.ca/actualites/maladies-infectieuses/poux/>

<http://www.brunet.ca/fr/conseils/pour-en-finir-avec-les-poux-de-tete.html>

<http://msssa4.msss.gouv.qc.ca/fr/document/publication.nsf/LienParId/51DAD4FBB2319FB285256D79006324AE?opendocument>

[http://www.groupeproxim.ca/fr/sante/modes\\_de\\_vie/soins\\_petits/poux.sn](http://www.groupeproxim.ca/fr/sante/modes_de_vie/soins_petits/poux.sn)

<http://www.jeancoutu.com/sante/conseils-sante/gagnez-la-bataille-contre-les-poux/>

<http://sante.gouv.qc.ca/problemes-de-sante/poux/>

<http://www.cps.ca/fr/documents/position/poux-de-tete>

[http://naitreetgrandir.com/fr/mauxenfants/indexmaladiesa\\_z/fiche.aspx?doc=naitre-grandir-sante-enfant-gratte-tete-poux-pediculus-capitis](http://naitreetgrandir.com/fr/mauxenfants/indexmaladiesa_z/fiche.aspx?doc=naitre-grandir-sante-enfant-gratte-tete-poux-pediculus-capitis)