



Uši? – riješimo ih se!

10 savjeta do uspjeha!

Uši su dosadne i neugodne i dobivaju se brže nego što ih se možemo riješiti. Te male životinje žive već dugo zahvaljujući ljudima, ali su i ljudi morali naučiti živjeti s njima – «Samo ne na mojoj glavi!», misle pritom mnogi.

Da bi vrijeme kada se pojave uši u obitelji bilo što kraće, želimo Vam dati nekoliko savjeta:

1. Svi mogu dobiti uši, ali praktično samo neposrednim kontaktom: uši se prenose «s glave na glavu» i rijetko upotrebom iste kape, češlja ili sličnoga.
2. Nekoliko puta pregledajte kosu, kako biste bili sigurni da Vaše dijete nema gnjide ili uši. Za razliku od prhuti koja se da lako ukloniti, gnjide se lijepe za kosu. Može ih se naći iza ušiju ili na vratu.
3. Pregledajte svoje dijete ukoliko se češe po glavi ili ukoliko su se u školi, vrtiću, u obitelji ili kod prijatelja pojavile uši. Za svaku sigurnost pregledajte i ostale članove obitelji.
4. Ukoliko Vaše dijete i ostali članovi obitelji doista imaju uši ili gnjide, liječite ih samo jednim sredstvom protiv ušiju. **Preventivni tretmani tj. liječenja ne pomažu!** Izbjegavajte česta liječenja/tretmane.
5. Postoje dvije glavne grupe sredstava za suzbijanje ušiju:
 - šamponi na bazi silikonskih ulja
 - šamponi koji sadrže insekticidePotražite savjet u apoteci i dobro pročitajte upute za upotrebu.
6. **Uklonite sve gnjide**, jer tek tada ste se riješili ušiju! Koristite pritom specijalni češalj protiv ušiju. Uklanjanje gnjida će Vas koštati dosta vremena, **ali upravo taj dio je najvažniji u cijelom tretmanu!**
7. **Ne trošite previše vremena čisteći** pokrivače za krevete, odjeću, igračke i sl. Uši se rijetko prenose preko tih predmeta. Dovoljno ih je usisati ili ih možete jedanput oprati (60 °C) ili jednostavno dva dana ne koristiti.
8. Češljeve i pribor za kosu treba očistiti toplom vodom (namočite ih 10 minuta), dugu kosu treba svezati.
9. **Obavijestite školu, vrtić, jaslice, cjelodnevni boravak, susjede itd.**
10. **Ne zaboravite da je cjelokupno uklanjanje gnjida i ušiju, i to uz pomoć dobrog češlja protiv ušiju najvažniji dio tretmana! Redovite kontrole su najbolji način preventive!**