

เมื่อเจ้าตัวเล็กเป็น..เหา

Dr. OK



เหาเป็นแมลงที่อยู่มาแต่ยุคโบราณ “สมัยพระเจ้าเหา” หลายคนอาจเคยเป็นเหา เมื่อสมัยเด็กๆ บางคนอาจเคยเป็นหลายครั้งด้วยซ้ำ เจ้าตัวเล็กของหมอกี้หนีเหาไม่พ้น เมื่อลูกอายุ 2 ปี วันนั้นลูกนอนหนุนตักแม่อยู่ ขณะลูบผมลูกก็เห็นแมลงตัวเล็กๆ เดินอยู่บนหัวจึงจับออก สักพักก็เห็นตัวอื่นๆ อีกหลายตัวคลานยั้วเยี้ยไปหมด “ตายละลูกเป็นเหา” ต้องไปหาซื้อแชมพูมาสระ ต้องหาหวีมาสางไข่เหา ต้องนั่งหาเหากัน

ทั้งพ่อแม่ เมื่อลูกเข้าโรงเรียนอนุบาล วันหนึ่งลูกกลับมาเล่าให้ฟังว่า “วันนี้คุณครูให้นอนแยกจากเพื่อนๆ เพราะเป็นเหา” เอาอีกแล้วเรา ดูที่ศีรษะลูกไม่เห็นไข่เหา วันรุ่งขึ้นไปพบครูจึงรู้ว่าเพื่อนสนิทของลูกเป็นเหา ครูจึงจับเด็กกลุ่มนั้นนอนแยกออกมาก่อนไม่ให้ติดคนอื่น

คราวนี้ลูกเราไม่เป็น.....แฮ้อ เมื่อลูกอยู่ประถม 2 ลูกพี่ลูกน้องของลูกติดเหาจากเพื่อนที่โรงเรียน ต้องหมักน้ำส้มสายชู สางผมกันอยู่หลายวัน ลูกกับพี่สนิทกันมาก เล่นด้วยกันทั้งวัน แม่ต้องสังเกตลูกอยู่หลายวันจนแน่ใจว่าลูกไม่มีเหา ลูกยังเป็นเด็กอยู่ไม่รู้อาจจะเอาเหามาฝากอีกก็ครั้งจนกว่าจะโต



ภาพที่ 1 : ตัวเหาเมื่อมองด้วยตาเปล่าเทียบกับเส้นผม



ภาพที่ 2 : ไข่เหาเป็นตุ่มสีขาวติดอยู่กับผม

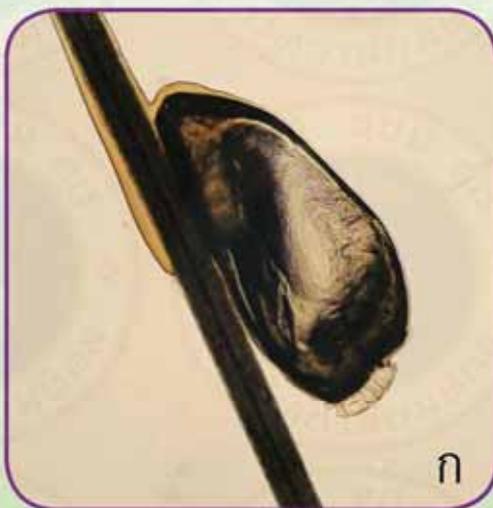


เหาคืออะไร

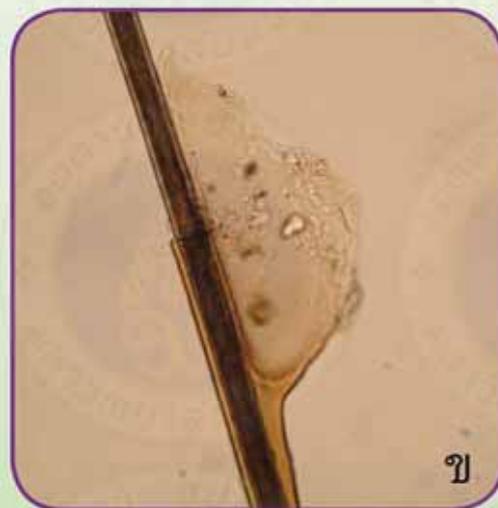
เหาเป็นแมลงสีออกเทาๆ ขนาดยาว 3-4 มิลลิเมตร (ภาพที่ 3) กิน ขี้โคลบนหนังศีรษะคนเป็นอาหาร เหาดำเมียมีอายุประมาณ 1 เดือน จะไข่ ที่โคนผมประมาณ 7-10 ฟองต่อวัน ไข่จะเห็นเป็นตุ่มสีขาวติดแน่นอยู่กับ ผม (ภาพที่ 4) หลังจากนั้น 1 สัปดาห์ เหาออกจากไข่ ไข่ที่ไม่มีเหาแล้วจะยังคงติดแน่นอยู่กับผม เมื่อผมงอกยาวขึ้นไข่ก็จะเลื่อนตามไปด้วย



ภาพที่ 3 : เหาเมื่อดูด้วยกล้องจุลทรรศน์กำลังขยาย 400 เท่า



ก



ข

ภาพที่ 4 : ไข่เหาที่ยังมีตัวอ่อน (ก) และไข่เหาที่ไม่มีตัวเหาแล้ว (ข) ติดอยู่กับเส้นผม เมื่อดูด้วยกล้องจุลทรรศน์กำลังขยาย 400 เท่า



เหาคืออย่างไร

เหาไม่สามารถกระโดดหรือบินจากคนหนึ่งไปอีกคนหนึ่ง แต่ติดต่อกันทางสัมผัสใกล้ชิด เช่น เด็กที่เล่นใกล้ชิดกัน การใช้หมวก หวี หูฟัง ผ้าเช็ดตัวร่วมกัน หรือนอนเตียงเดียวกัน



รู้ได้อย่างไรว่าเป็นเหา

ผู้ป่วยส่วนมากไม่มีอาการผิดปกติ บางคนอาจมีอาการคันเพราะร่างกายเกิดการระคายเคืองต่อน้ำลายของเหา



การหาเหาบนหัว

ตัวเหาพบยากเพราะคลานหลบตามเส้นผมได้ แต่ไข่เหานั้นพบได้ง่ายกว่าโดยการใช้ “หวีเสนียด” ซึ่งเป็นหวีซี่ถี่ๆ (ภาพที่ 5) ควรหวีผมด้วยหวีทั่วไปก่อนเพื่อกำจัดสิ่งสกปรกแล้วค่อยหวีด้วยหวีเสนียด หวีตั้งแต่โคนผมชิดหนังศีรษะจนถึงปลายผม ควรตรวจดูไข่เหาในแต่ละครั้งที่หวี ถ้าเจอก็ต้องรักษาเหา แต่การเจอไข่เหาในคนที่รักษาด้วยยาฆ่าเหาแล้วไม่ได้แปลว่ายังเป็นเหาอยู่เพราะไข่เหาอาจยังติดผมอยู่เป็นเดือนๆ ทั้งที่ไม่มีตัวแล้ว ควรหวีผมซ้ำอีกทุก 3-4 วันเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีเหาแล้วจริงๆ



ภาพที่ 5 : หวีเสนียด



การรักษาเหา

วิธีกำจัดเหามีหลายแบบอาจใช้ครีม เจล หวี หรือยากิน ไม่ว่าจะใช้วิธีใดต้องปฏิบัติตามคำแนะนำของการรักษาวิธีนั้นๆ อย่างเคร่งครัด ในเด็กอายุน้อยกว่า 2 ปี ไม่ควรซื้อยาใช้เอง ควรปรึกษาแพทย์

- 1. ยาม่าแมลงทำพิเศษเพื่อฆ่าเหาบนศีรษะ** มีทั้งในรูปครีม เจล หรือโลชั่น ห้ามซื้อยาม่าแมลงตามท้องตลาดใส่เอง คนละชนิดกันใช้ไม่ได้ นะคะ ทำตามคำแนะนำในเอกสารกำกับยา ส่วนมากต้องสระผมให้สะอาดแล้วใส่ยาหมักไว้ 10 นาที ล้างออก ยาบางชนิดอาจต้องทิ้งไว้ทั้งคืน ควรจะรักษาซ้ำอีกในสัปดาห์ถัดไป เพื่อฆ่าเหาที่อาจหลงเหลืออยู่หรือเหาตัวอ่อนที่เพิ่งออกจากไข่
- 2. การสาบผม** นิยมใช้ในเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ซึ่งอายุน้อยเกินกว่าจะใช้ยาม่าแมลงได้ โดยทำให้ผมเปียกและใช้สารหล่อลื่น เช่น ครีมนวดผม น้ำมันมะกอก สารส้ม ใช้หวีซี่ถี่ๆ หรือหวีเสนียดสาบผม ตรวจสอบทุกครั้งที่สาบว่ายังมีเหาหรือไข่เหาอยู่หรือไม่ สาบจนไม่มีเหา ทำซ้ำทุก 3-4 วัน จนครบ 2 สัปดาห์ ต้องทำต่อถ้ายังพบตัวเหาอยู่
- 3. ยากินฆ่าเหา** ต้องสั่งโดยแพทย์ ใช้ในผู้ป่วยที่ดื้อต่อการรักษาวิธีอื่น



ลดการแพร่ของเหาได้อย่างไร

ผู้ใกล้ชิดควรได้รับการตรวจจากผู้ให้บริการสาธารณสุข (เช่น แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่อนามัย) เด็กที่เป็นเหาควรหยุดโรงเรียนจนกว่าจะได้รับการรักษา เสื้อผ้า ผ้าปูที่นอน ผ้าเช็ดตัว เครื่องเรือน พรหมของผู้ป่วยที่ใช้ภายใน 48 ชั่วโมงก่อนรักษาต้องได้รับการซักด้วยน้ำร้อนและอบด้วยความร้อน หรือแยกเอาไว้ 72 ชั่วโมง เนื่องจากเหาไม่สามารถอยู่นอกตัวคนได้นานเกิน 48 ชั่วโมง

ใครเป็นเหา ใช่ว่าเขา สกปรก
ภูมิไม่ตก ก็เป็นได้ ถ้าใกล้เหา
เพราะติดง่าย ต้องระวัง ที่หมอนเรา
อย่ามัวแต่ นั่งเกา รีบใช้ยา...

