



Perquè són dolents els polls?



Els polls xuclen la sang, això fa picor, si bé quan una persona és infestada per primera vegada, els primers dies pot no tenir símptomes. També es poden notar com es mouen els polls pel cap. La picor pot ser molt intensa i molesta, i al rascar-se es poden fer ferides, aquestes ferides poden infectar-se per bacteris i complicar-se.

Pel benestar de les persones hem d'eliminar els polls.

Poll adult



Urpes d'un poll adult

COM ELIMINAR ELS POLLS ?

L'eliminació requereix temps i perseverança

A la farmàcia hi ha diferents preparats però es recomana un producte pediculicida que contingui **PERMETHRIN al 1%** i millor si és amb **crema o gel**.

1. La crema s'aplica **durant almenys 30 minuts amb els cabells secs**. Els cabells han de quedar ben xops. Després es netegen els cabells amb xampú normal. **S'ha de fer 2 dies seguits a la nit.**

2. Després de rentar els cabells i amb els cabells molls s'ha de passar una **pinta de pues fines d'acer per eliminar els polls i les llémenes (pinta llemenera)**. S'ha de pentinar durant una bona estona, assegurant-se que s'han pentinat tots els cabells, de la base a la punta i a contrapèl. A cada pentinada s'ha de revisar la pinta per si hi ha polls o llémenes, si n'hi cal rentar-la amb els dits i un raspall de dents vell.

- Un cop pentinats els cabells sempre s'han de repassar i treure amb els dits les llémenes (ous) que encara puguin quedar. Dedicar-hi una bona estona i amb llum suficient, ja que la crema pot no haver matat a les llémenes.
- **Durant la setmana següent** a l'aplicació del producte pentinar amb la pinta especial i després repassar amb els dits.
- Si després d'aplicar la crema es troba algun poll viu, però es mou més lentament no cal tornar a rentar el cap. S'ha de treure els polls morts o que encara estiguin vius amb la pinta especial.
- Perquè es desenganxin millor les llémenes es poden deixar els cabells ben molls durant una hora amb vinagre, tapant el cap amb una gorra o film de plàstic. Després rentar-los amb xampú normal i pentinar amb la pinta llemenera. No s'ha de fer el mateix dia que s'aplica la crema, s'ha de fer un altre dia.
- Després del tractament, cada 2 o 3 setmanes torneu a pentinar els cabells amb la pinta llemenera.

3. Rentar tota la roba que porta l'afectat, la del llit, coixins, ninots de peluig, tovalloles, etc a la rentadora amb sabó i aigua calenta.



4. Rentar amb el mateix preparat, les pintes i raspalls, deixar-los en remull durant una hora. Pintes i raspalls han de ser propis per cada membre de la família i no es poden compartir.
 5. Repetir l'aplicació de crema de **PERMETHRIN al 1%** als 7-10 dies després de la primera
 6. Els menors de 2 anys és millor no utilitzar productes pediculicides i treure els polls i les llémenes de forma manual (amb la llemenera i els dits).
-

L'endemà de fer la primera aplicació del tractament l'alumne pot assistir a classe.

És important que els nens afectats es tractin tots simultàniament i també revisar tota la família (nens i adults) i tractar tots els infestats al mateix temps. Així, va millor que si hi ha un grup de nens afectats en una classe tots facin el tractament el mateix dia, i tots segueixin les actuacions recomanades en els punts anteriors.

Els convivents familiars s'haurien de revisar el cap bé i pentinar-se repetidament amb la pinta llemenera per detectar els polls i tractar tots els convivents infestats al mateix temps. Aquells convivents en què no s'hi hagin vist els polls però **hi ha molt risc de que pugin haver-se infestat** (com ara haver compartit pintes o dormir en el mateix llit), caldrà revisar-los durant dos o tres dies seguits i pentinar-los amb la pinta llemenera. Els polls es mouen molt fàcilment, i si no se'n han vist polls però hi ha llémenes cal tractament.

Les llémenes són els ous que posen els polls femella, els posen a menys d'un centímetre de la base del cabell, però poden estar a més distància si la temperatura els hi va bé. Són de forma oval, d'un mil·límetre, translúcides o blanques i estan ben enganxades als cabells. Una lupa ens pot ajudar molt a visualitzar-los i diferenciar-los de la caspa.

Prevenció

- Portar els cabells curts o ben lligats i estrets amb trenes o cues.
- No compartir pintes, gorres, gomes ni cintes dels cabells.
- Evitar el contacte entre els caps.
- Pentinar tres cops al dia i revisar les pintes i raspalls.
- Utilitzar suavitzant pels cabells i pentinar-los bé sense embolics.
- Evitar recolzar el cap en sofàs, coixins, etc. que hagin estat amb contacte amb una persona infestada.
- Si observem a la canalla que es rasca o diu que té picor al cap, mirar-li de seguida si té polls. Dediqueu-hi temps.
- No serveixen els xampús ni locions amb productes pediculicides com a prevenció. Però si què podeu mullar els cabells una bona estona amb vinagre. Es pot utilitzar vinagre de poma que és més suau. També serveix posar-hi colònia o oli d'arbre de te, com a mesura dissuasòria.

Poden usar-se altres mètodes per lluitar contra els polls, vinagre de poma, oli corporal infantil, pintes elèctriques, etc., però ni els productes químics ni naturals són efectius al 100%. **El més important és dedicar-hi temps** tant en la prevenció, com en l'eliminació dels polls, un cop s'han detectat. S'utilitzi el producte que s'utilitzi (permethrin, oli, vinagre,...) sempre s'han de repassar els cabells, pentinar-los amb la llemenera i eliminar si cal les llémenes amb els dits..