



300

Le pou peut pondre jusqu'à 300 œufs par mois.

## Alerte : les **poux** sont de retour !

LA RENTRÉE SCOLAIRE CONSTITUE, HÉLAS, UNE PÉRIODE PROPICE À LA PROPAGATION DES POUX. L'INFESTATION DU CUIR CHEVELU PAR LES POUX OU PÉDICULOSE EST SANS DANGER MAIS EST GÊNANTE PAR LES DÉMANGEAISONS QU'ELLE PROVOQUE ET SA CONTAGIOSITÉ IMPORTANTE.

### Comment reconnaître un pou ?

Le pou de tête (*Pediculus humanus capitis*) est un petit insecte d'environ 3 mm qui vit sur le cuir chevelu et se nourrit de sang. La femelle pond **jusqu'à 10 œufs (ou lentes) par jour** et les accroche au cheveu avec une substance ressemblant à de la colle (spumaline), près du cuir chevelu.

Le cycle de vie d'un pou est d'environ **50 jours**.

La découverte de poux vivants visibles à l'œil nu, particulièrement derrière les oreilles et près de la nuque, ainsi que de lentes collées aux cheveux (mais ne couissant pas le long du cheveu contrairement aux pellicules), apporte la certitude d'une **pédiculose**. Les poux se multipliant rapidement, il faut agir au plus vite !

### Comment les poux se transmettent-ils ?

Le pou ne vole pas, ne saute pas, mais **se déplace très rapidement** d'un cheveu à un autre lors de jeux d'enfants ou de câlins avec les parents.

Il peut se transmettre aussi de manière indirecte, par le partage de bonnets, peignes, brosses, etc.



## Comment éliminer les poux ?

Les lotions à base d'insecticides sont de moins en moins utilisées en raison du développement de résistances, du risque d'irritation du cuir chevelu et de toxicité à long terme. Leur sont préférées actuellement les **lotions qui agissent par asphyxie des poux, lentes et larves**, à base

- d'**huiles minérales** (diméthicone et dérivés de silicone) : **Paranix® shampooing** **1**
- d'**huiles végétales** : **Puressentiel® anti-poux** **2** (associé à des huiles essentielles apaisantes et antiseptiques)

Les produits doivent être appliqués en quantité adéquate pour imprégner les cheveux et le cuir chevelu en respectant le temps de contact préconisé. Après le shampooing et/ou l'après-shampooing, peignez avec un **peigne à poux métallique** pour éliminer les lentes : **Paranix® peigne à poux**.

Il existe aussi un peigne à poux électrique **ZAP®** qui détecte et tue les poux lors du brossage des cheveux.

## Pour un traitement efficace :

- Inspectez tous les membres de la famille et traitez ceux chez qui vous aurez découvert des poux vivants.
- Peignez les cheveux mouillés à l'aide d'un peigne à poux **tous les 3 jours pendant 14 jours**.
- Refaites systématiquement un **2<sup>e</sup> traitement** avec le même produit **7 à 10 jours après le 1<sup>er</sup>** afin d'éliminer les larves issues de l'éclosion des lentes non tuées.
- Lavez le linge lavable à **60°C** : vêtements, draps, taie d'oreiller, serviettes de bain. Utilisez le **Shampoox® Wash** pour les linges délicats.
- Pulvérisez un **spray spécifique** sur les brosses, peluches, bonnets, sièges de voiture, etc. : **Shampoox® Vapo, Pistol®**

## En cas d'épidémie ou pour éviter une réinfestation :

- Évitez le partage des bonnets, écharpes, accessoires pour cheveux.
- Attachez les cheveux longs.
- Pendant toute la période d'épidémie ou pour les autres membres de la famille : utilisez quotidiennement un **spray répulsif** : **Puressentiel® répulsif poux, Paranix® spray préventif**.



**1**  
PARANIX  
Shampooing  
(200 ml)

**2**  
PURESENTIEL  
Lotion  
Anti-poux  
(100 ml)



## Ce qu'il faut retenir

Surveillez régulièrement, à l'aide d'un peigne à poux, la tête des différents membres de la famille. Dès l'apparition des poux, traitez sans attendre, car les poux se reproduisent et se propagent extrêmement vite !