

■感染頭蝨後應按醫生處方，以藥性塗劑殺滅。
資料圖片



趕走頭蝨無頭痕 及早就醫莫惹人

早前，本港有外傭僱主在網上發文抱怨，指其女兒近日不斷撓頭，怎料細看下見到她耳後頭髮上有一些白色粒粒，經追查後發現原來是新請回來約3個月的菲傭「生頭蝨」！該僱主聲稱其外傭頭上有「幾百隻蛋」，更把頭蝨惹到其女兒身上，情況令人感到崩潰。事實上，頭蝨主要透過頭部接觸傳播，要有效預防就要注重個人衛生，若不幸被感染，應立即尋求醫生協助，否則便有可能不斷傳染身邊的人，令情況一發不可收拾。



頭蝨 (Pediculus humanus capitis) 是一種只能寄生在人體頭部的細小寄生蟲（最長約三毫米），常見於頭髮，特別是耳背或頸後近頸口的毛髮，偶爾亦會在眼眉或鬢間出現。

被頭蝨寄生最常見的病徵為頭皮發癢。頭蝨的排洩物也會使頭皮過敏，有時會造成患者睡不安穩、失眠、抓傷頭皮等情況。過度搔抓會令頭皮出血或損傷，因而增加皮膚感染的機會。

若仔細檢驗，可在患者髮根發現頭蝨卵。頭蝨卵有別於頭皮屑。頭蝨卵一般為白或黃色，呈橢圓形，並緊附在髮幹上；頭皮屑則呈薄片狀，並容易掉下。

長頭髮小朋友較高危

頭蝨只會爬行，牠們不能在頭髮間跳躍或飛行，故主要傳播途徑是透過頭部與頭部接觸。此外，較為罕見的情況是透過與患者共用梳子、帽子或頭飾等個人物品而受感染。

任何人士均有機會染上頭蝨，然而患者多為幼童，因為他們在玩耍時經常會跟同伴近距離接觸。3至11歲的小朋友比較容易被傳染，特別是留長頭髮、共用梳子以及頭髮飾品的小女生。比較特別的是，非裔人種因為頭髮太捲，所以很少被頭蝨感染，因為頭蝨沒辦法在他們頭髮上好好產卵。

吸食人類血液維生

頭蝨喜愛溫暖的環境，會躲避光線，爬行速度快。頭蝨的生長過程分為3個階段：卵、蛹及成蟲。頭蝨卵會在7至10天內孵化；由蛹進化至成蟲需時7至12天，成蟲則可大量繁殖，一生可產約50至150粒卵。蛹和成蟲主要吸食人類的血液維生。成蟲一般能活上30天，一旦離開人體後，便會在兩天內死亡。

頭蝨具有傳染性，一旦爬到頭上，就可能受感染。頭蝨可以透過牙刷、梳子、髮夾、髮帶、耳機或帽子等媒介移動。蝨子還可能在軟墊傢具、床單、毛巾或衣服上，存活一段時間。

傳染力高 應立即求醫

頭蝨的感染與生活水準的高低無關，不論個人多乾淨、多小心，還是有可能感染頭蝨。且一旦感染頭蝨，就會很快傳染給同伴或家人。定期檢查頭髮，預防感染頭蝨是絕對必要的。

如懷疑感染頭蝨，應立即求醫。按照醫生的處方，使用藥性塗劑或洗頭水以殺滅頭蝨。此外，患者應使用密齒梳子清除頭蝨及蟲卵，並需小心處理頭蝨卵。

髮刷、梳子、帽子及衣服等個人物品，應用熱水及清潔劑徹底清洗，亦應檢查患者的家庭成員及與患者有親密接觸的人士，以確定是否患上頭蝨，及按需要接受治療。

保持良好衛生習慣

為了有效預防頭蝨，應養成並保持良好的個人衛生習慣、常洗頭、頭髮不留太長、不用他人梳洗用具、枕巾與被褥等要勤換洗暴曬、避免接觸有頭蝨的人等，都是有效預防頭蝨的方法。有團體聚集活動的地方（如學校、家庭）應有專人定期檢查頭髮，如發現有人感染頭蝨，除本人外，其同伴或家人均應接受檢查及治療，才可徹底撲滅頭蝨。

4招清走頭蝨

- 使用攝氏 54 度以上的熱水清洗衣服、床單，並高溫烘乾。
- 將衣服、床單及絨毛玩具放入塑膠袋兩星期。
- 將梳子、髮夾和其他髮飾置於攝氏 54 度以上的熱水中，浸泡 5 至 10 分鐘。
- 用吸塵器吸地板及軟墊傢具。