Human Services
People*first*

Chữa trị và Kiểm soát Chí trong tóc

Lúc con cái đang đi học tại trường, nhiều gia đình sẽ dễ bị lây chí (chấy) trong tóc. Các chỉ dẫn trong phiếu này sẽ giúp quí vị chữa trị và kiểm soát được chí trong tóc.

Bị lây chí

Chí trong tóc đã xuất hiện từ nhiều ngàn năm qua. Bất cứ ai cũng đều có thể bị lây chí và tạo cơ hội cho chí bò từ đầu này sang đầu khác mà không chừa người nào.

Chí trong tóc là một côn trùng nhỏ không có cánh và hút máu. Chúng có màu từ hơi nâu trắng đến hơi nâu đỏ. Chí chỉ sống trên con người. Nếu rời khỏi đầu, chí sẽ chết rất mau, thường chỉ trong vòng 24 giờ.

Mọi người bị lây chí trực tiếp vì **tóc** của họ **chạm vào tóc** của người có chí trong tóc. Điều này có thể xảy ra khi cùng chơi đùa, ôm ấp hay làm việc chung với nhau.

Chí không có cánh hoặc chân dài để nhảy, do đó không thể bay hoặc nhảy từ đầu này sang đầu kia. Chúng chỉ có thể bò sang.

Tìm chí trong tóc

Nhiều chí không gây sự ngứa ngái, do đó quí vị phải **quan sát thật kỹ để tìm ra** chúng.

Chúng ta tìm thấy chí bám trong tóc và chúng bò đến da đầu để hút máu.

Chí có sáu chân, ở phần cuối của mỗi chân có một cái móng, do đó hiếm khi chúng bị rớt ra khỏi đầu. Chí đẻ trứng (tiếng Anh gọi là 'nits') bám chặt vào tóc và chỉ cách da đầu khoảng 1,5cm. Trứng trông giống như gàu nhưng không thể chải cho rớt ra.

Chí có thể bò và lẫn trốn. Cách dễ dàng và hữu hiệu nhất để tìm ra chúng là làm theo các bước dưới đây:

Bước 1 Chải bất cứ loại dầu làm mướt tóc (hair conditionner) nào lên **tóc khô và không đánh rối**. Làm như vậy sẽ gây khó khăn cho chí lúc chúng bám vào tóc hoặc chạy quanh.

Bước 2 Bây giờ chải các vùng của đầu bằng một cây lược có răng khít, loại lược dùng để chải chí.

Bước 3 Chùi sạch dầu làm mượt tóc dính trên lược lên một giấy thấm dầu hoặc khăn giấy.

Bước 4 Nhìn lên khăn giấy và trên cây lược để tìm chí và trứng chí.

Bước 5 Chải lại từng vùng của đầu ít nhất 4 hoặc 5 lần.

Nếu tìm thấy chí hoặc trứng chí, phải chữa trị chí trong tóc của con quí vị.

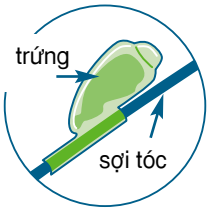
Nếu gần đây con của quí vị đã được chữa trị chí và quí vị chỉ tìm thấy trứng lép, có thể quí vị không cần phải chữa trị thêm cho em vì các trứng này có thể còn lại từ lần bị chí trước đó.

Trứng chí trong tóc

Trứng chí rất nhỏ (chỉ bằng đầu kim) và có hình bầu dục. Trứng chí sống sẽ 'nổ bốp' khi bị nghiền giữa hai móng tay.

Trứng lép có hai bên vỏ bị vỡ ra và các trứng chưa nở trông giống như một quả trứng nhỏ đã luộc có đầu trên bị khuyết.

Để chữa trị có hiệu quả nhất, tước bỏ càng nhiều trứng chí càng tốt.



State Government Victoria

Lược chải chí

Lược dài có cạnh bầu bằng sắt không sét (stainless steel) và răng thật khít là loại hữu hiệu nhất, tuy nhiên, quí vị có thể dùng bất cứ loại lược chải chí nào.

Cách chữa trị chí

Chú trọng phần tóc trên đầu - không có bằng chứng cho thấy quí vị cần phải quét dọn nhà cửa hay lớp học.

Có thể thoa các loại thuốc diệt chí lên khắp **các vùng của tóc và da đầu**.

Không có cách chữa trị chí nào có thể diệt hết trứng chí, do đó khi chữa trị phải thoa thuốc đến hai lần cách nhau 7 ngày.

Mục đích của lần thoa thuốc đầu là để giết tất cả chí, lần thoa thuốc thứ nhì là để giết các con chí mén mới nở trong vòng sáu ngày sau đó.

Trong khi thoa thuốc, dùng một cái khăn chẳng hạn để che mắt của người đó lại.

Nếu quí vị dùng loại thuốc nước, thoa thuốc lên tóc khô.

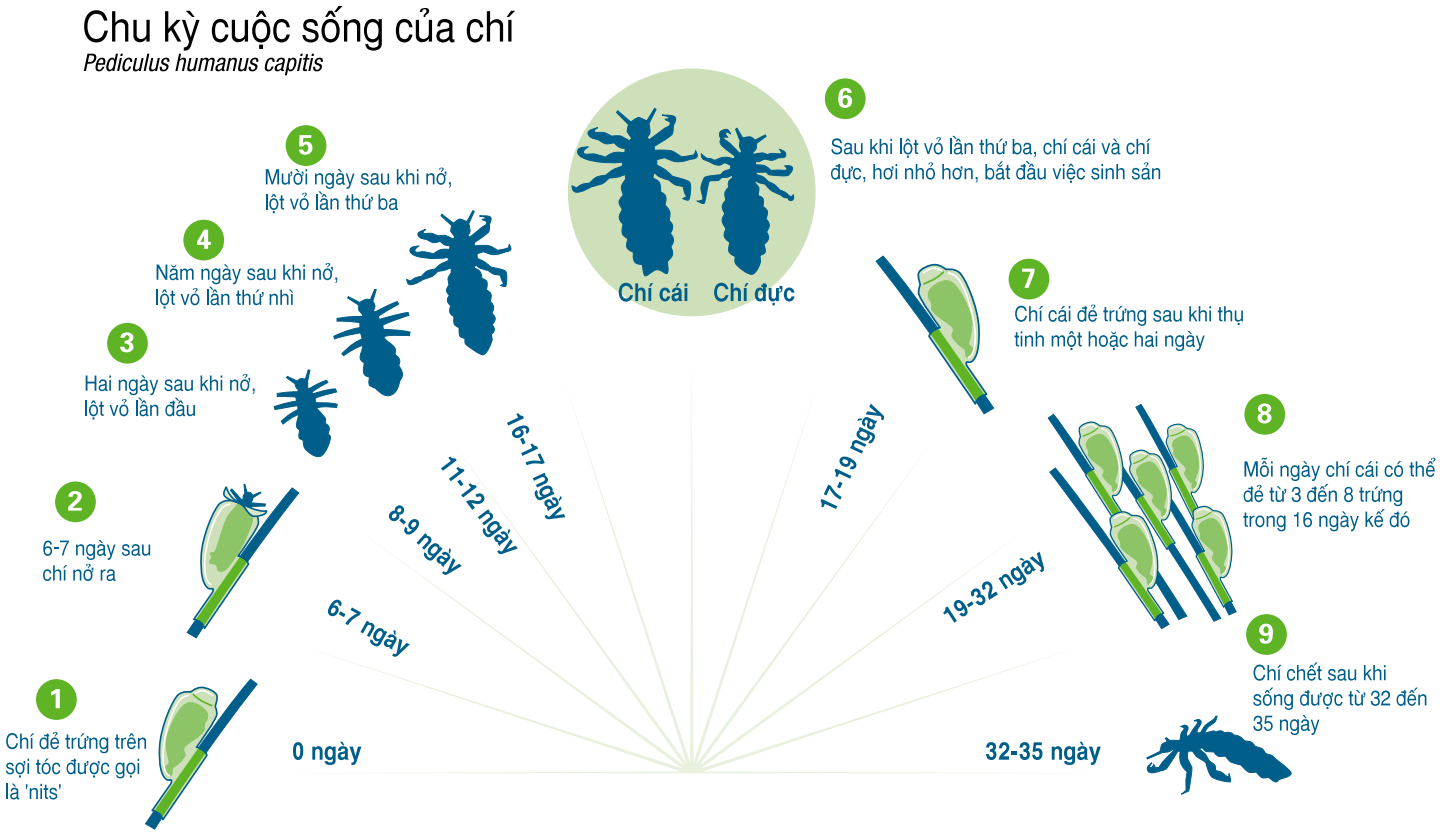
Nếu dùng loại thuốc gội đầu (shampoo), làm ướt tóc nhưng chỉ thoa chung với thật ít nước.

Thoa thuốc gần với da đầu, dùng một cây lược thường để chải tóc cho thuốc thấm từ chân đến ngọn. Chải nhiều lần cho đến khi thuốc thấm ướt hết tóc.

Nếu quí vị chọn không dùng loại thuốc diệt côn trùng (insecticide), có thể dùng thuốc và lược để chải hai ngày một lần trong vòng 10 ngày cho đến khi không tìm thấy chí còn sống.

Không cần phải trị chí cho mọi người ở trong nhà trừ phi trên tóc của họ có chí.

Chỉ có áo gối là cần phải giặt hay hấp đặc biệt bằng cách dùng nước nóng (trên 60^{0}C) hoặc dùng máy sấy vặn ở độ nóng hoặc ấm để sấy.



Thử sức đề kháng

Các thứ thuốc diệt chí thuộc một trong các loại dưới đây tùy theo chất tác động trong thuốc:

Pyrethrins

Synthetic pyrethroids (permethrin và bioallethrin)

Organophosphates (maldison hay malathion)

Thảo dược, có hay không có chất pyrethrins thiên nhiên (không hóa chất).

Thường thì chí có sức đề kháng thuốc diệt côn trùng, do đó phải kiểm lại xem chí có chết hay không. Nếu chí chết, bảy ngày sau thoa lại thứ thuốc đó. Nếu chí không chết, thứ thuốc đó không công hiệu vì chí có khả năng chống lại không những thuốc đó mà còn với tất cả các thứ thuốc chứa cùng chất tác động. Gội sạch thuốc đó rồi dùng một thứ thuốc chứa chất tác động khác để trị chí càng sớm càng tốt. Nếu thuốc có tác dụng, chí sẽ chết trong vòng 20 phút.

Bất cứ thứ thuốc diệt chí nào cũng đều có thể gây phản ứng. Do đó, phụ nữ mang thai hoặc đang cho con bú sữa mẹ, trẻ em dưới 12 tháng và những người bị dị ứng, bị bệnh suyễn hoặc bị vết cắt trên da đầu, đều phải thận trọng khi xử dụng thuốc. Nếu không biết chắc, vui lòng hỏi lại Dược sĩ hay Bác sĩ của quí vị.

Đề phòng bị lây chí

Hiện chưa có thuốc ngừa chí. Dùng thuốc diệt chí và lược mỗi tuần một lần sẽ giúp quí vị phát hiện trứng chí sớm và sẽ giảm tối thiểu trở ngại này. Cột tóc dài ra phía sau có thể giúp không bị lây chí.

Luật lệ

Theo Luật Y tế (qui định về bệnh truyền nhiễm), trẻ em có chí trong tóc sẽ bị tạm đuổi khỏi trường, nhà trẻ hay mẫu giáo cho đến khi bắt đầu chữa trị. Có thể chữa trị cho đứa trẻ bị chí vào buổi tối và em sẽ đi học trở lại vào ngày hôm sau, dù trong tóc của em vẫn còn một vài trứng chí.

Muốn biết thêm chi tiết

Các chỉ dẫn trong phiếu này dựa theo kết quả cuộc nghiên cứu được Giáo sư Phụ tá Rick Speare và toán nghiên cứu tại Trường Y tế Công cộng và Y khoa Nhiệt đới (School of Public Health and Tropical Medicine) thuộc Viện Đại học James Cook thực hiện và ghi lại. Địa chỉ trên mạng lưới của họ là:

http://www.jcu.edu.au/school/PHTM/hlice/hlinfo1.htm

Các địa chỉ trên mạng lưới dưới đây sẽ cho quí vị biết thêm chi tiết:

http://www.dhs.vic.gov.au/phb/headlice/index.htm

Do Bộ Dịch vụ Dân sinh (Department of Human Services) Tiểu bang Victoria biên soạn và ấn hành. Tháng Giêng 2001. (0500101)