

# Les poux

Éviter  
d'en attraper

Savoir  
si on en a

S'en  
débarrasser





# Conseils pour éviter d'attraper des poux et savoir si on en a

## • Tous les jours...

Pour éviter d'attraper des poux, il vaut mieux avoir chacun sa brosse, son peigne, son bonnet, son écharpe... et ne pas les échanger.



## • Si quelqu'un de proche a des poux (famille ou copains par exemple), si ça gratte...

On vérifie au plus vite qu'on n'a pas de poux, ni de lentes.



Si on n'a pas de poux, ni de lentes, mais que quelqu'un de proche en a, pour éviter d'en attraper à son tour, on s'attache les cheveux si on a les cheveux longs.

Si on a des poux et/ou des lentes vivantes, on traite tout de suite.

## Comment savoir si on a des poux, des lentes ?



→ On regarde les cheveux près de la racine, surtout derrière les oreilles et la nuque, en les écartant, pour voir si on trouve des poux ou des lentes.

Si on voit un point grisâtre, pour savoir si c'est une lente, on peut le coincer entre le pouce et l'index: s'il reste accroché et qu'on ne peut l'enlever qu'en le faisant glisser le long du cheveu, c'est sans doute une lente.

→ On passe un peigne à poux dans les cheveux secs, au-dessus d'une surface blanche si possible, par exemple un lavabo ou une baignoire. S'il y a des poux, ils tomberont dans le lavabo ou la baignoire et on les verra bien.

Si on voit tomber quelque chose, pour être sûr que c'est un pou, on peut approcher un cheveu: si c'est un pou, il s'agrippera au cheveu.

Pour éliminer les poux tombés, il faut faire couler de l'eau dessus et les laisser partir dans le trou du lavabo ou de la baignoire.

## C'est quoi un peigne à poux ?

Un peigne à poux est un peigne spécial aux dents longues très serrées qui permet de décrocher les poux et les lentes.

