

POUX

POUX DE TÊTE – RECOMMANDATIONS EN MILIEU SCOLAIRE

Le pou de tête est un parasite exclusif de l'homme. Il n'est pas dangereux. Il ne transmet aucune maladie, mais provoque des désagréments. Les lésions de grattage peuvent s'infecter. Tout le monde peut en attraper !

Comment vit et se transmet le pou ?

Il vit confortablement à la racine des cheveux où il trouve les conditions (chaleur et nourriture) qui lui conviennent. Il se nourrit de sang en piquant la peau. Il peut vivre ainsi 1 à 2 mois. Il se déplace rapidement en s'agrippant au cheveu avec ses pattes et passe ainsi facilement d'une tête à une autre. Mais il ne vole pas et il ne saute pas. Il vit en toute saison. La femelle pond par jour une dizaine d'œufs (lentes). Ces lentes accrochées solidement à la racine du cheveu par une substance collante et suivent donc la croissance du cheveu (1 cm par mois). L'œuf éclot au bout de 7 à 10 jours et donne une larve mobile qui se nourrit aussi de sang. La larve devient adulte au bout d'une dizaine de jours et peut alors se reproduire à son tour. La lente vide reste accrochée au cheveu. Une lente située à plus d'un centimètre de la racine est généralement vide. S'il quitte la tête, le pou meurt en 2 ou 3 jours environ, sauf s'il rencontre une autre tête. Il résiste à une immersion prolongée dans l'eau. Il est détruit par la chaleur. Il est possible que, dans des conditions favorables, la lente puisse continuer à se développer hors de la tête jusqu'à l'éclosion d'un jeune pou qui mourra lui aussi rapidement, sauf s'il reprend sa vie de pou sur une autre tête.

C'est ce cycle de reproduction du pou qui définit la conduite à tenir quelle que soit la méthode utilisée pour le combattre.

La transmission se fait le plus souvent par un contact direct, même court de tête à tête. Toutefois, la transmission indirecte par objets ou tissus infestés (bonnet, peigne, linge, peluches, barrettes, chouchous.....) ou la piscine semble possible.

Comment faire le diagnostic ?

Toute démangeaison persistante impose un examen méticuleux des cheveux (peignage humide), mais celle-ci peut manquer, au moins au début. L'inspection simple des cheveux ne suffit pas. Les poux sont difficiles à voir s'ils sont peu nombreux, car ils fuient la lumière.

Le diagnostic de pédiculose du cuir chevelu repose principalement sur la présence de poux vivants, mobiles et/ou de lentes vivantes situées à moins de 1 cm du cuir chevelu. La meilleure méthode pour les rechercher est le peignage humide : mouiller les cheveux, les démêler avec un peigne ordinaire, puis les peigner méticuleusement avec un peigne à pou, mèche par mèche, au-dessus d'un linge ou d'un papier de couleur claire. Inspecter ou essuyer régulièrement le peigne pour constater l'élimination des poux. Cette étape est très importante : seules les personnes porteuses de poux sont ensuite à traiter. La recherche concerne tout l'entourage familial (parents, fratrie,.....) et proche (activité partagée) d'une personne atteinte (enfants et adultes).

Comment traiter ?

Le pharmacien conseillera sur les produits commercialisés dont l'efficacité est avérée et leur utilisation optimale.

- 1) Les insecticides : il y a 2 familles de produits insecticides commercialisés :
 - les pyréthrinés de synthèse (Permethrine, Phénothrine et Dêpallêthrine) ou naturelles (extraites d'une plante). Le Butoxyde de Pipêronyle leur est souvent associé.
 - le Malathion (insecticide organophosphoré), plus agressif.

Ces insecticides sont actifs sur les poux, mais leur effet sur les lentes n'est pas absolu. C'est pourquoi il est indispensable de répéter le traitement. Les lotions insecticides sont plus efficaces que les shampooings. Les aérosols sont contre-indiqués en cas d'asthme ou d'antécédent respiratoire asthmatiforme et chez les nourrissons. En l'absence de contre-indication à ce produit, il est conseillé d'utiliser en premier la Permethrine (de préférence à la lotion) en respectant bien le temps de pose en fonction de l'âge et en renouvelant le traitement au moins une fois, 7 à 10 jours plus tard, avec le même produit. Il ne faut pas couvrir la tête après l'application d'un insecticide. Des publications préconisent de traiter 3 fois, à une semaine d'intervalle, afin de bien tuer les jeunes poux issus de dernière lentes pondues. Des réactions locales ou générales sont possibles selon le produit utilisé. C'est une des raisons pour lesquelles les insecticides ne sont à utiliser que si la présence de poux a été constatée.

- 2) Les lotions asphyxiantes : il s'agit de dérivés de silicone (Diméticone) qui agissent en engluant le pou et en étouffant. Ce traitement semble efficace sur les poux et présente l'avantage de n'être pas toxique et probablement d'éviter les résistances constatées aux insecticides. L'application doit être renouvelée.
- 3) Le peigne à pou : est un moyen de diagnostic (voir plus haut). C'est également un moyen de traitement. Il demande du temps (5 à 10 minutes par séance), de la patience et de la persévérance. Il doit être quotidien et poursuivi au moins 2 semaines après constat de la disparition des poux. Il existe différents modèles de peigne à pou : certains sont métalliques, inoxydables, particulièrement résistants, efficaces et réutilisables sans risque après désinfection à l'eau bouillante après chaque usage. L'avantage des peignes électriques n'est pas démontré.
- 4) La décontamination simultanée de tout ce qui a pu être en contact avec les cheveux infestés fait partie de tout traitement :
 - vêtements et objets portés les jours précédents : pyjama, chemise de nuit, peignoir, capuche, bonnet, écharpe, manteau, pull, barrette, chouchou, casque,....)
 - environnement : linge de lit, linge de toilette, couverture, doudou, peluche, objet de coiffage (peigne, brosse,...), etc.....

La décontamination se fait en lavant à 60° et 30 minutes les textiles qui supportent cette température, ou en enfermant hermétiquement dans des sacs plastiques pendant 15 jours ce qui ne peut être lavé, ou en congelant pendant 24 heures les petits objets indispensables au quotidien ou en plongeant dans l'eau bouillante pendant 3 minutes les objets métalliques. Recouvrir pendant quelques jours d'un drap propre ou d'autre textile lavable ou jetable les dossiers de canapés, fauteuils et sièges auto, cela évitera d'acheter et de pulvériser des produits anti-poux dans l'environnement.

- 5) D'autres produits parfois utilisés n'ont pas d'efficacité démontrée. Certains sont dangereux. L'usage à titre préventif ou répulsif des insecticides est formellement déconseillé.

Et si le traitement échoue ?

Cela arrive. Aucune méthode n'est efficace à 100%. Le plus souvent, le traitement n'a pas été appliqué correctement ou n'a pas été suffisamment répété. Il peut s'agir aussi d'une résistance ou d'une réinfestation. En cas d'échec avec une méthode, il faut en changer.

Recommandations en période d'infestations

S'informer mutuellement dans un climat de confiance réciproque : prévenue par des parents, l'école pourra à son tour informer par écrit tous les parents d'élèves de la classe ou de l'école et leur demander d'examiner la chevelure de leur(s) enfant(s) et de leurs proches, de renforcer la surveillance intra familiale pendant quelques semaines.

Seules les personnes infestées sont à traiter. Les contre-indications, les précautions et limitations d'emploi de produits commercialisés doivent être impérativement respectées, notamment chez les jeunes enfants, les asthmatiques et les femmes enceintes.

L'école pourrait utilement fixer la date de début de traitement de toutes les têtes infestées, par exemple un samedi soir : l'idéal est un traitement « collectif et concomitant ».

Veillez à l'espacement suffisant des porte-manteaux en classe, à la cantine, au gymnase. Eviter les échanges de brosse, de peigne, ... et le rangement tassé de vêtements sur le temps scolaire et périscolaire. Mêmes précautions lors de la sieste des petits (doudou, couchage,...). Eviter les situations à contact « tête à tête ».

Attacher les cheveux longs ou raccourcir la coupe réduit le risque de transmission. Les filles sont plus souvent infestées que les garçons !

Surveiller régulièrement la chevelure avec le peigne à pou (recommandé une fois par semaine).

Ne pas dramatiser malgré la répulsion fréquemment déclenchée par le pou.

Selon l'arrêté du 3 mai 1989, il n'y a pas d'éviction scolaire si un traitement a été suivi.

Références :

Avis du Conseil Supérieur d'Hygiène Publique de France-Section des maladies transmissibles

Guide Eduscol mars 2008.

Guide pratique des médicaments 2010.

Revue médicales.

Action menée à Tours en partenariat avec le laboratoire de parasitologie de Tours (Catherine Combescot-Lang).

Affiche téléchargeable sur <http://poux.questionnaire.org/doc/pouxaffiche.pdf>