

Détecter et traiter les poux de tête



Quelques réponses simples pour se débarrasser efficacement des poux de tête, sans prendre de risques inutiles.

Qu'est-ce que les poux ?

● Les poux de tête sont de petits insectes (1 mm à 4 mm) vivant sur le cuir chevelu. Ils provoquent des démangeaisons, surtout à la nuque et près des oreilles, mais ne transmettent pas de maladie.

Quand faut-il se traiter ?

● En cas de démangeaisons persistantes du cuir chevelu ou de contact avec une personne atteinte par des poux, faire examiner soigneusement toute la chevelure, en particulier à la racine des cheveux.

● Traiter quand on trouve des poux vivants (beiges, longs de 1 mm à 4 mm, mobiles) ou des lentes (œufs grossièrement ovales, nacrés, de moins de 1 mm) vivantes, c'est-à-dire accrochées à la base du cheveu, à moins de 5 mm du cuir chevelu.

Comment se traiter ?

● La *diméticone* est efficace, et provoque peu d'effets indésirables. Elle semble sans danger en cas de grossesse ou d'allaitement. C'est un dérivé de silicone qui tue les poux et lentes par asphyxie lente, en les recouvrant. Appliquer une quantité

suffisante pour imprégner les cheveux et le cuir chevelu et laisser agir selon la durée indiquée. Recommencer 7 à 10 jours plus tard. En cas d'échec, recommencer en traitant toutes les personnes proches atteintes.

● La transmission des poux par des objets infectés (chapeaux, oreillers, brosses, etc.) est relativement rare. Les décontaminer par lavage à 60 °C pendant 30 minutes. Quand c'est impossible, les enfermer dans un sac plastique pendant deux semaines.

En cas d'échec avec la diméticone

● D'autres substances agissent en asphyxiant ou en déshydratant les poux, telles que le *myristate d'isopropyle*. Leurs effets indésirables et leur efficacité sont moins bien connus que ceux de la *diméticone*.

● Les pyréthrine, des insecticides largement utilisés auparavant, sont devenues moins efficaces qu'autrefois, car les poux ont développé des résistances. Appliquer une lotion sur les cheveux secs (et non un shampooing, qui est moins efficace) ; laisser agir selon la durée indiquée (moitié moins longtemps chez les enfants de moins de 2 ans) ; rincer et peigner à l'aide d'un peigne à poux. Recommencer 7 à 10 jours plus tard.

● Après l'âge de 2 ans, une lotion à base de *malathion*, un insecticide (irritant et d'odeur désagréable), est une option de dernier recours.

● L'eau vinaigrée, l'essence de lavande, l'huile d'olive, etc. et les appareils électroniques sont d'efficacité mal évaluée.

● Dans tous les cas éviter la pénétration d'antipoux dans les yeux, les narines ou la bouche. Ne pas fumer lors des applications.

Cas particuliers

● **Nourrissons de moins de 6 mois** : éviter tout antipoux (sauf éventuellement la *diméticone*). Utiliser un peigne à poux sur les cheveux mouillés, 2 à 3 fois par jour pendant 3 semaines (laver souvent les cheveux est inefficace). Ou bien raser le cuir chevelu.

● **Jeunes enfants (moins de 2 ans) et femmes enceintes** : utiliser de préférence de la *diméticone* et éviter l'utilisation répétée d'insecticide. Ne pas appliquer de *malathion*.

● **Asthmatiques et enfants ayant des antécédents de gêne respiratoire évoquant l'asthme** : ne pas utiliser de lotion en flacon pressurisé.

©Prescrire - juillet 2015

Sources :

- "Poux du cuir chevelu. Diméticone, substance pédiculicide de premier choix" *Rev Prescrire* 2014 ; 34 (365) : 198-202.