

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, en utilisant un "peigne à poux".

● Traiter seulement s'il existe 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 ?

● Choisir une lotion (et non un shampooing, moins efficace) contenant une pyréthrine (a). Appliquer sur les cheveux secs ; laisser agir selon la durée indiquée (mais seulement la moitié de cette durée chez les en-

fants de moins de 2 ans) ; rincer et peigner à l'aide d'un peigne à poux. Recommencer 7 à 10 jours plus tard.

● On peut aussi utiliser de la *diméticone*, un dérivé de silicone qui tue les poux et lentes par asphyxie lente, en les recouvrant. Appliquer en quantité suffisante pour imprégner les cheveux et le cuir chevelu et laisser agir pendant au moins 8 heures (des durées d'application plus courtes sont parfois préconisées, mais sans réelle évaluation). Recommencer après une semaine.

● En cas d'échec, et seulement après l'âge de 2 ans, utiliser une lotion à base de *malathion* (irritant et d'odeur désagréable).

● Le *lindane*, peu efficace et toxique pour l'humain et pour l'environnement, n'est plus commercialisé dans l'Union européenne.

● L'eau vinaigrée et d'autres traitements antipoux, souvent d'origine "naturelle", ou faisant appel à des appareils électroniques, sont d'efficacité mal évaluée.

Précautions à prendre

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

● 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. Ou quand c'est impossible, les enfermer dans un sac plastique pendant deux semaines ou pulvériser un insecticide.

Cas particuliers

● **Nourrissons de moins de 6 mois** : éviter tout antipoux (sauf éventuellement la *diméticone* sous surveillance médicale). 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 uniquement des pyréthrinés ou de la *diméticone*. Pas de *malathion*.

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

©Prescrire - février 2013

a- Plusieurs pyréthrinés sont utilisées comme antipoux : notamment la perméthrine, la phénothrine, la dépaléthrine (encore appelée bioalléthrine). On peut acheter ces antipoux en pharmacie.

Sources :

- "Pédiculose du cuir chevelu, en bref" Idées-Forces Prescrire mises à jour février 2013 : 2 pages.
- "Pédiculose du cuir chevelu : traitement" Idées-Forces Prescrire mises à jour février 2013 : 4 pages.
- "Pesticides : une réglementation européenne sous pressions" Rev Prescrire 2008 ; 28 (301) : 861-864.