



THE CITY OF NEW YORK

Office of School Health

Michael R. Bloomberg
Mayor

Joel I. Klein
Chancellor
Department of Education

Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H.
Commissioner
Department of Health and Mental Hygiene

إرشادات للعائلات بشأن التخلص من قمل الرأس

المشط بمشط نو أسنان دقيقة – كيفية القيام بذلك

- اغسل الشعر جيداً ثم قم بتجفيفه بمنشفة. يجب أن يكون الشعر مبللاً قليلاً، ولا يتقاطر منه الماء.
- تأكد من وجود إضاءة جيدة. ضوء النهار هو الأفضل.
- مشط الشعر بالمشط العادي.
- ابدأ من جهة الأسنان الرفيعة للمشط ملامساً جلدة الفروة عند قمة الرأس. اسحب المشط بحذر باتجاه حافة الشعر.
- تَحَصَّ بدقة أسنان المشط في ضوء جيد.
- كرر هذه العملية عدة مرات من قمة الرأس إلى حافة الشعر في جميع الاتجاهات، في أكمل الرأس.
- كرر العملية لعدة دقائق. يستغرق الأمر 10 إلى 15 دقيقة على الأقل للقيام به بصورة صحيحة لكل رأس.
- إذا كان هناك قمل رأس، فستجد قملة أو أكثر على أسنان المشط.
- قمل الرأس هي حشرات صغيرة ذات أرجل متحركة. وهي في الغالب لا تزيد في حجمها عن رأس الدبوس، لكن قد تكون بحجم حبة السمسم (الحب الموجود على خبز البييرغر).
- لا تعالج الأمر ما لم تكن متأكدًا من أنك وجدت قملة حية ومتحركة.

إذا كنت متأكدًا من أنك وجدت قملة حية:

- تفقد رؤوس جميع أفراد أسرتك.
- عالج فقط الذين يعانون من قمل حي ومتحرك.
- عالجهم جميعاً في نفس الوقت.
- ضع المحلول على الشعر الجاف.
- استعمل المحلول في غرفة جيدة التهوية أو في الهواء الطلق.
- فرّق الشعر بالقرب من قمة الرأس، وضع بضع قطرات على الفروة وافركها. فرّق الشعر إلى أسفل الفروة وافعل نفس الشيء. كرر العملية مراراً وتكراراً إلى أن تصبح كامل الفروة مبللة.
- لا حاجة لوضع المحلول على الشعر الطويل أبعد من المكان الذي قد تربط فيه الشعر على شكل ذيل الحصان.
- اترك المحلول ليُجف على الشعر. بعض المحلولات قابلة للاشتعال، لذا ابق بعيداً جداً عن اللهب، والسجائر، والموقد، وغيرها من مصادر الحرارة. لا تستعمل مجفف الشعر.
- عالج الجميع مرة أخرى بعد سبعة أيام بنفس الطريقة بنفس المحلول.
- تفقد رؤوس جميع المصابين بعد يوم أو يومين من العلاج الثاني. إذا كنت لا تزال تجد قملًا متحركًا وحيًا، فاطلب نصيحة من مزود الرعاية الصحية.

2007، للحصول على مزيدٍ من المعلومات، نرجو زيارة الموقع الإلكتروني التالي: www.nyc.gov/health