



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

FASON POU PARAN YO ELIMINE POU NAN TÈT

Peny ki genyen dan fen - kouman pou w itilize l

- Lave cheve a byen epi seche li avèk yon sèvyèt. Cheve a dwe rete mouye, men dlo a pa dwe ap degoute.
- Asire w kote ou ye a byen eklere. Limyè solèy la pi bon.
- Penyen cheve a avèk yon peny òdinè.
- Kòmansè tretman an apati rasin cheve avèk dan peny pi fen yo. Pase peny lan avèk prekosyon jiskaske ou rive nan pwent cheve a.
- Itilize yon bon limyè pou byen gade dan peny lan.
- Fè sa plizyè fwa depi rasin cheve a pou rive nan pwent cheve a nan tout direksyon, pou swaye tout tèt la.
- Fè sa pandan plizyè minit. Li pran omwen 10 a 15 minit pou fè sa kòm sadwa pou chak tèt.
- Si genyen pou nan tèt la, w ap jwenn youn oswa plizyè pou nan dan peny lan.
- Pou nan tèt se ti ensèk ki gen janm k ap bouje. Yo souvan pi gwo pase yon tèt zepeng, men yo menm gwo ak grenn wowoli (grenn ou wè yo sou yon pen anbègè).
- Pa itilize okenn bagay pou fè tretman sòfsi ou sèten ou jwenn yon pou vivan k ap bouje.

Si w sèten ou jwenn yon pou vivan :

- Tcheke tèt tout moun ki nan kay la.
- Trete sèlman moun ki gen pou vivan k ap bouje yo.
- Trete tout moun anmenmtan.
- Mete losyon sou yon cheve sèk.
- Itilize losyon an nan yon chanm byen ayere oswa deyò.
- Separe cheve a toupre mitan tèt la, mete kèk gout sou po tèt la epi fwote li ladan l. Separe cheve a enpe pi ba nan po tèt la epi fè menm bagay la ankò. Fè sa plizyè fwa jiskaske ou fin mouye tout po tèt la.
- Ou pa bezwen mete losyon an pi ba nan cheve a pase kote ou ta mete yon elastik pou fè yon ke cheval.
- Kite losyon an seche nan cheve a. Kèk losyon kapab pran dife, kidonk rete byen lwen flann dife, sigarèt, fou, ak lòt sous chalè. Pa itilize yon sechwa.
- Sèt jou pita, trete tout moun menm jan ankò avèk menm losyon an.
- Tcheke tout tèt yo youn oswa de jou apre dezyèm tretman an. Si w jwenn ankò pou vivan k ap bouje, mande founisè swen lasante ou a konsèy.

2007 Pou w jwenn plis enfòmasyon, al sou sit wèb www.nyc.gov/health