

# Poux

Les **poux** sont de vieux compagnons de route, indésirables et souvent envahissants.

Agrippé par ses pattes aux cheveux, durant son mois de vie, le pou de tête vit en se nourrissant de très petites quantités de sang qu'il recueille en nous piquant.



Lire le [résumé](#).

Hors de son milieu naturel (nos têtes), il meurt assez rapidement (en 2 jours au maximum).

Les femelles pondent de 7 à 10 œufs par jour: ces minuscules **lentes** sont collées au cheveu par une sorte de glu.

Elles éclosent au bout de 7 à 10 jours et survivent 6 jours en dehors de leur milieu naturel.

Bon à savoir : le pou de tête n'est pas dangereux. Il ne transmet aucune maladie et ne provoque aucun effet nocif sur la santé, sinon un éventuel risque d'infection par grattage. Parfois, les lésions locales sont accompagnées de ganglions dans le cou.

Feu orange: le pou provoque des démangeaisons désagréables et gênantes.

Attention : une exclusion scolaire peut frapper l'enfant reconnu comme une source objective de contagion.

## Les poux: des hôtes indésirables

Le **pou** vit en toutes saisons. Il se déplace lors du contact d'une tête infectée avec autre tête ou se transmet via des vêtements ou des linges contaminés.

Sa présence n'est en rien liée à un manque d'hygiène.

Il vise adultes et enfants mais touche davantage ces derniers, en raison de leurs contacts rapprochés.

Dans les pays industrialisés, entre 1 à 3 % des enfants de 6 à 12 ans seraient concernés <sup>(1)</sup>.

Bon à savoir : les poux sont extrêmement contagieux.

## Le repérage des ennemis

Une observation visuelle permet de détecter la présence de ces parasites de couleur brunâtre. Le brossage des cheveux humides avec un peigne spécial (vendu quelques euros en pharmacie), passé ensuite sur un papier ou un linge blanc, constitue un moyen de repérage plus efficace encore. Les lentes, de couleur blanchâtre, sont plus difficiles à reconnaître. A la différence des pellicules, elles ne se détachent pas au moindre toucher. Seules les lentes éloignées de moins de 6 millimètres du cuir chevelu sont vivantes et signent la présence de poux vivants.

Feu orange: lorsqu'un membre de la famille est touché par une invasion de poux, on conseille de vérifier qu'aucun des proches n'a été infecté.

## La chasse est ouverte

Deux méthodes principales permettent de se débarrasser des poux et d'éviter leur transmission.

La méthode de **peignage manuel** est la plus naturelle. Un peigne spécial pour les poux sera passé, mèche par mèche, **sur des cheveux mouillés**, dans les deux sens. A chaque passage, l'instrument sera essuyé sur un linge ou du papier.

Cette technique nécessite du temps, de la minutie et de la patience: elle doit être renouvelée de préférence tous les jours, pendant de 3 à 4 semaines. Seule une parfaite rigueur garantit d'atteindre l'objectif « poux et lentes zéro ». L'efficacité d'un coûteux peigne électrique n'a pas été démontrée.

Un **traitement médicamenteux** est également possible, avec des applications locales. Sept jours après avoir appliqué l'un de ces traitements, si tous les poux et lentes n'ont pas été éliminés, il faut recommencer l'application.

Deux types de traitements ont prouvé leur efficacité:

- Les insecticides (à base de malathion ou de perméthrine) s'attaquent au système central nerveux des poux.
- Les produits à base de diméticone recouvrent les poux et les asphyxient.

La **diméticone** peut être considérée actuellement comme le **produit de premier choix** pour lutter contre les poux.

Elle est efficace et a peu d'effets indésirables connus.

Par contre, il est préférable de limiter l'usage des insecticides en raison de leur toxicité potentielle aiguë et/ou chronique. En outre, les poux ont appris à devenir « résistants » aux insecticides. Certaines lotions anti-poux entraînent parfois une légère irritation du cuir chevelu ou une sensation de brûlure, mais rarement une réaction allergique.

Vous pouvez lire aussi sur ce site notre article « [Pour se débarrasser des poux](#) » .

Les vêtements, draps, écharpe, etc. en contact avec la personne infectée devront être lavés (à 60 °) ou enfermés 2 jours dans du plastique.

Bon à savoir : les médecins recommandent de préférence la méthode de peignage manuelle pour les très jeunes enfants, ceux qui souffrent d'asthme, et les femmes enceintes.

Bon à savoir : **aucun traitement ne prévient l'apparition de poux**. Même si, selon une croyance, l'odeur de l'essence de lavande serait peu appréciée de ces insectes...

[Pour en savoir plus sur les poux et les traitements.](#)

- ◆ Le pou de tête n'est pas dangereux. Il provoque des démangeaisons sur le cuir chevelu.
- ◆ La présence de poux n'est en rien liée à un manque d'hygiène.
- ◆ Les poux sont très contagieux: des mesures collectives doivent être prises dans les écoles en cas d'infection.
- ◆ Le traitement repose sur l'usage d'un peigne à poux sur cheveux mouillés et/ou l'application d'une lotion à base de diméticone.

*Mise à jour 15/09/2021*

#### Références

-(1) Diagnostic de pédiculose du cuir chevelu: inspection ou peignage? Minerva 2010; 9(5): 62-63.

- [www.danseaveclespoux.be](http://www.danseaveclespoux.be)

- Poux de la tête et poux du pubis. Article ID: ebm00270(013.041). [www.ebmpracticienet.be](http://www.ebmpracticienet.be). Site réservé aux médecins.

- Rev Prescrire. 2014; 34 (365): 198-202.