

**DU KAN STOPPA  
HUVUDLÖSSEN!**



**Avlusningsdagarna  
16-18 Februari**

Dina barn kan ha löss utan att Du vet om det...

Om vi undersöker barnen samtidigt, minskar risken för huvudlöss-epidemier.

Ta fram lusammen och kamma du också!

Sponsras av: [www.LusFri.nu](http://www.LusFri.nu)

# AVLUSNINGSDAGARNA 16 - 18 FEBRUARI

Dags för alla att bekämpa huvudlössen - ta fram lusam och kamma du också!

## Tararken mömkün olduğunca iyi bir sonuğ elde etmek için ne yapmalıyım

Normal bir tarak veya fırçayla saçınızı iyice tarayın. Ardından saçınızı hafifçe nemlendirin ve mümkün olduğunca yakın dişli bir bit tarağı kullanarak taramaya başlayın. Tarağın saçta daha rahat kaymasını sağlamak için bir miktar spreyli krem kullanabilirsiniz. Aşağı düşen bitleri ve yumurtaları daha rahat görebilmek için bir parça beyaz kâğit veya ayna üzerinde tarayabilirsiniz..

### 1. Başınızın

tepesindeki saçı tarayarak

başlayın. Saçınızı dikey olarak

ayırın ve saçı

bölgelere bölün.



### 2. Her bölümü tek tek

tarayın. Taranmış

bölmüleri henüz

taranmamış

bölmülerden ayrı tutun.

Enseye doğru inmeye devam edin.



### 3. Saçın ayırım

çizgisinde veya

ensede özellikle

dikkatli olun

çünkü bitler

buraları özellikle sever.



İşiniz bittiğinde tarağı özenli bir biçimde

temizleyin. Metal tarakları birkaç dakika

kaynatarak sterilize edebilirsiniz

## İpucu!

Birbirine çok yakın dişli bir bit tarağı seçin,

böylece saçınızı tararken belli bir direnç

oluşur. Böylece her taramada birkaç bit

yakalama şansınız artar

## Bit taraması: Diş fırçalama kadar doğal!

Bit taraması bitleri uzak tutmak için aynen dişlerde oyuk oluşmasını önlemek için diş fırçalama kadar önemlidir. Bu nedenle taranma daha Vikingler zamanında günlük hijyen rutininin bir parçası idi ve Viking mezarlarındaki bulgular bit tarağının mezara bile götürülecek kadar önemli bir nesne olduğunu göstermektedir. Bir şekilde her gün bit tarağı ile taranma alışkanlığımızı kaybettik ve bitler bugünlerde okullarda ve anaokullarındaki çocuklarımız arasında yayılmaya başladı.

Yani soru, atalarımızın her sabah (bit) tarağı ile taranmanın önemli olmasına inanıp inanmadıklarıdır. Eski alışkanlığımıza tekrar geri dönmenin ve aynı şeyi yapmanın zamanı gelmedi mi? Vikingler gibi yapalım ve bitlere bir darbe indirelim mi! Bunu bir rutin haline getirin ve tercihen saçlarınızı yıkadığınız zaman olmak üzere en az haftada 1 kez bit tarağı kullanın.

## Birlikte bit salgınına önleyebiliriz. 16-18 Şubat arasındaki bitlerden arınma günlerine katılın

Okullarda baş biti sorunu yaşamayı önlemek için tüm ebeveynleri hafta sonu **16-18 Şubat** arasındaki bittten arınma günlerimize davet etmek istiyoruz. Katılmak için yapmanız gereken şey, çocuğunuzun saçlarını hafta sonu **16-18 Şubat** arasında bir bit tarağı ile taramanızdır. Ne kadar tararsak, baş biti sorununu bu yarıyıldaki önleme şansımız o kadar yükselir.

Bazen bilmeden de bitler vardır, çünkü bundan etkilenseniz bile her zaman kaşıntı yapmaz. Düzenli bit taraması bunları algılamamız ve bitlerden hızlı bir şekilde kurtulmamıza yardımcı olur. Sizde bit varsa başkalarına da bulaştırabilirsiniz. Sizde bit varsa diğerlerine söyleyin. Böyle çevreniz de bundan etkilenip etkilenmediğini kontrol etme ve böyle bir durum söz konusu ise aynı anda tedavi edilme şansına sahip olacaktır.

## Bit tarama oldukça önemlidir!

Tıbbi Ürünler Ajansı, İsveç Enfeksiyon Hastalıkları Enstitüsü, Kimyagerler, Çocuk ve Okul Sağlığı Hizmeti, vs. saç biti tedavisinde bir bit tarağını kullanmanın ne kadar önemli olduğunu herkese vurguluyor.



Du glömmar väl  
inte att borsta?

