

● Les Poux

Comme à chaque année, en même temps que la rentrée scolaire, c'est le moment où certains intrus font leurs entrées sur notre cuir chevelu. Vous devinez de qui je parle? Des poux! Ces petits insectes adoptent principalement notre cuir chevelu. Ils y trouvent la chaleur et l'humidité dont ils ont besoin pour survivre. Le cycle de reproduction du pou est de trois semaines environ. La femelle pond ses œufs à la base du cheveu. Pour les éviter ou au besoin les déloger, voici quelques trucs.

Références :

- http://www.wrha.mb.ca/healthinfo/a-z/lice/files/headlice_lifecycle_f.pdf
- Vitarôm Aromathérapie, Formula 16, Recommandations générales et spécifiques avant utilisations.
- <http://www.apple-cider-vinegar-benefits.com/produit-naturel-pour-cheveux.html#poux>

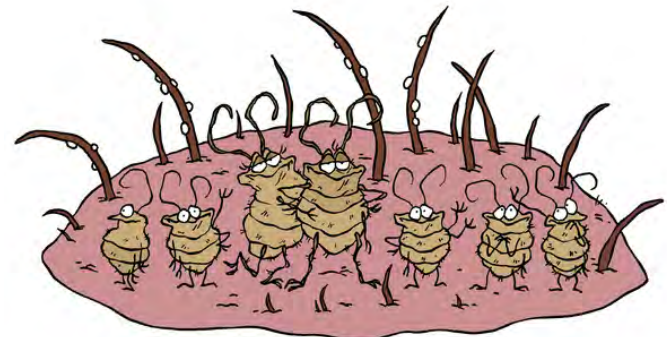
Réalisé par les Naturopathes agréées de la Manne

Le plaisir
de vivre
BIEN!

Rev/10-15



Nos amis les poux



194 Notre-Dame Est
Victoriaville, Qc G6P 4A1

819.758.1211

www.cooplamanne.com

● En prévention

Les poux ne volent pas ni ne sautent. Ils se propagent par contact direct, c'est-à-dire lorsque les frères et sœurs se partagent la même brosse à cheveux ou avec les amis de la classe où il y a un échange de casquettes. Évitez les contacts possibles avec l'envahisseur et utilisez des huiles essentielles repoussantes pour prévenir l'infestation.

- L'huile essentielle de **lavande vraie** (*lavandula angustifolia*) peut être utilisée en prévention à l'état pur ou mélangée à 3 gouttes d'huile essentielle dans trois gouttes d'huile végétale. Applique quelques gouttes autour des oreilles (huile diluée), sur le chapeau, le collet du chandail de votre enfant (pure).
- D'autres huiles essentielles comme le **romarin officinal** et le **géranium bourbon** sont aussi des alternatives intéressantes comme répulsives. La **formule 16** de Vitarôm ou la **formule 99** d'Aromavita est aussi une synergie d'huiles essentielles que vous pouvez utiliser. Cependant cette formule doit être mélangée à de l'huile végétale si appliquée directement sur la peau.

Il est intéressant d'alterner ou de combiner les essences répulsives afin d'éviter que ces intrus ne s'habituent à la même odeur.

Le plaisir
de vivre
BIEN!



● En traitement

Lors de la présence de poux dans la tête de vos enfants, il faut effectuer un traitement :

1. Il est important de **traiter tout ce qui a été en contact avec eux**, c'est-à-dire les draps, les doudous, les toutous, les chapeaux etc. Le plus écologique est de les mettre dans un sac à ordures fermé hermétiquement et de déposer ce sac de 24 à 48 heures dans le congélateur.
2. Le traitement des cheveux et du cuir chevelu consiste à l'application d'une solution d'huile d'olive et d'une formule **d'Aromavita 99** ou de **Vitarom 16**, dans un ratio de 5% d'huile essentielle et de 95 % d'huile végétale. (ex. : 10 ml d'huiles essentielles dans 190 ml d'huile d'olive). Il faut appliquer soigneusement 30 à 50 ml du mélange et mettre une pellicule plastique sur le cuir chevelu et les cheveux et laisser agir le produit deux heures. Il est recommandé de refaire un traitement le lendemain et 4 jours après.

****Vérifier au préalable le produit sur une petite zone du corps de l'avant bras avant de faire le traitement. *****

3. Après le traitement, **faire un shampoing** et de bien rincer.
4. **Passer un peigne fin** dans les cheveux pour enlever les lentes accrochées à celui-ci. Les lentes sont très dures à déloger. Aussi, pour les déloger, appliquez généreusement une solution au **vinaigre de cidre de pomme** et passez le peigne pour les enlever. (1/3 de tasse de vinaigre de cidre de pomme pour 1 litre d'eau tiède)
5. **Refaites un shampoing** après avoir terminé de retirer les lentes
6. Il est important de **répéter au deux jours** le passage au peigne fin avec la solution au vinaigre de cidre de pomme.
7. Une fois la procédure complétée, vérifiez la tête à tous les deux jours pendant au moins une dizaine de jours pour vous assurer que l'infestation est terminée. Répétez le traitement si nécessaire.