

قمل الرأس

ما قمل الرأس؟

قمل الرأس، أو باللاتينية (*Pediculus humanus capitis*)، هو نوع من الحشرات الطفيلية التي توجد على الرأس والرموش والحاجبين لدى البشر. يتغذى قمل الرأس على الدم الذي يسحبه عدة مرات في اليوم من فروة رأس البشر.

ما الأعراض؟

تشمل أعراض قمل الرأس ما يلي: الحكة في الجلد أو فروة الرأس بسبب تفاعل الحساسية إزاء لدغات قمل الرأس، والإحساس بالحركة أو الشعور بشيء يتحرك في شعر الرأس، والتهيج وعدم القدرة على النوم لأن قمل الرأس يكون أكثر نشاطاً في الظلام، وندوباً على الرأس بسبب الخدش، وقد تصاب تلك الندوب بعدوى سببها البكتيريا الموجودة على جلد الفرد. قمل الرأس لا ينشر المرض، ولكن يمكن أن يكون حدوث العدوى الثانوية مرتبطاً بالخدش والتهيج بفروة الرأس.

ما دورة حياة قمل الرأس؟

يعيش قمل الرأس قرب فروة الرأس البشرية، ويزحف ليضع البيض الرمادي الفاتح أو الأبيض (بيض القمل) على ساق الشعر، على مسافة حوالي 3-4 مم من فروة الرأس. يفقس بيض قمل الرأس عادةً بعد حوالي 8-9 أيام. لا يستطيع القمل الناضج النجاة لأكثر من 48 ساعة بعيداً عن فروة الرأس البشرية، ولا يمكن أن يفقس بيض القمل إذا كان على مسافة تتجاوز رُبع بوصة من قاعدة ساق الشعر.

كيف ينتشر قمل الرأس؟

تشمل الطرق الشائعة لانتشار قمل الرأس الملامسة المباشرة بين رأسين، يعاني أحدهما تفشي العدوى في الشعر، وخصوصاً عند اللعب في المدرسة، وفي المنزل، وخلال الأنشطة خارج المنهج أو الأنشطة الاجتماعية. تتضمن الطرق الأقل شيوعاً لانتشار قمل الرأس ما يلي: مشاركة الملابس، مثل القبعات، و/أو الأوشحة، و/أو المعاطف، و/أو الأزياء الرياضية الموحدة، وأشياء مثل الأمشاط والفرش وأشرطة الشعر ومشابك الشعر والمناشف ودُمى الحيوانات المحشوة التي يمكن أن يكون الشخص المصاب قد ارتداها أو استخدمها مؤخراً. قد يحدث الانتشار عن طريق قطع الأثاث أو ديكور المنزل الذي استخدمه مؤخراً المصاب بالعدوى.

من المعرضون لخطر تفشي قمل الرأس؟

يشمل الأشخاص المعرضون بدرجة عالية لخطر الإصابة بقمل الرأس: الأطفال قبل سن المدرسة الذين يداومون ارتياد رياض الأطفال، والأطفال في المرحلة الابتدائية، وأفراد المنزل الذي يوجد لديهم أطفال مصابون بالتفشي. يشيع تفشي قمل الرأس في كل المجموعات الاجتماعية والاقتصادية على اختلاف مستوياتها، ولا يرتبط بسوء النظافة الشخصية.

ما الإجراءات الوقائية والعلاجات المتاحة؟

يمكن اتقاء قمل الرأس عن طريق تجنب ملامسة رؤوس الأطفال الآخرين، وعن طريق تجنب مشاركة الملابس. ينبغي فحص المخالطين اللصيقين، بما في ذلك أفراد الأسرة، وينبغي علاجهم في حالة التوصل إلى تفشي. ويمكن التخلص من بيض القمل وقمل الرأس ألياً من الشعر المبلل باستخدام مشط رفيع الأسنان (مشط بيض القمل).



يمكن استخدام الأدوية (مبيدات القمل) التي تقضي على القمل وبيضه (مبيد بيض القمل) لمعالجة المصابين بتفشي قمل الرأس، حسب توصية اختصاصي الرعاية الصحية. ينبغي القيام بالمعالجة البيئية، بما في ذلك الغسل في الغسالة أو التنظيف الجاف للملاءات وغير ذلك من الأغراض التي تلامس الشخص المصاب. ينبغي أن يصل المجفف درجة حرارة أعلى من 128.3 درجة فهرنهايت (53.5 درجة مئوية) لمدة 5 دقائق على الأقل للفاعلية القصوى في القضاء على بيض القمل. ينبغي تنظيف السجاد وقطع الأثاث التي لا يمكن تخزينها في كيس بلاستيكي بالمكنسة الكهربائية وتنظيفها.

ما الذي ينبغي أن تفعله المدارس؟

- إخطار أفراد طاقم العمل وأفراد الأسرة المعرضون لمراقبة الأعراض،
- مراقبة الأعراض (خدش الرأس) في الأطفال، وتقييمهم تحسباً لقمل الرأس.
- إحالة أولياء الأمور والأوصياء إلى مقدمي الرعاية الصحية للتوصيات المتعلقة بمعالجة قمل الرأس.
- توعية المدرسين، ومقدمي الرعاية، وأولياء الأمور بشأن التعرف على قمل الرأس وبيضه.

ما توصيات الاستبعاد؟

إذا رصدتم قمل الرأس، فينبغي استبعاد الفرد في نهاية اليوم الدراسي أو البرنامج. ولكن، ينبغي أن يتجنب الفرد ملامسة رأسه لرؤوس غيره من الأطفال أو مشاركتهم الملابس. يُعاد السماح للفرد بالمداومة في المدرسة بعد تلقي العلاج الذي يوصي به اختصاصي الرعاية الصحية. لا يُوصى باستخدام Nits-free، لأن فاعليته لم تثبت بعد في السيطرة على تفشيات قمل الرأس (AAP, 2013).

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة [قمل الرأس | مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#) أو [قمل الرأس - الأعراض والأسباب | مايو كلينيك](#).

