



# Saçta bitlenme ...

... ne yapmalı?

**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung

Türkisch

## Künye

Federal Sağlık Bakanlığı adına, Federal Sağlık Eğitim Merkezi tarafından yayınlanmıştır.

Tüm hakları saklıdır.

**BZgA proje yöneticisi:** Ursula Münstermann

**Metin:** Daniela Böhmler, Cologne

**Baskı:** Warlich Druck Meckenheim Gmbh,  
Am Hambach 5, 53340 Meckenheim

**Baskı adedi:** 7.24.11.19

**Fotoğraf hakları:**

S. 1 © Stockbyte, S. 5 © imagesource, S. 6 © iStock-photo, S. 8 © fotolia, jerome signoret, S. 9 © fotolia, Hallgerd,

S. 12 © fotolia, Michal Miasko, S. 13 © Photodisc,

S. 14 © BananaStock, S. 16 © PhotoAlto,

S. 19 © brandXpictures, Andersen Ross,

S. 7 © Gesundheitsamt Bremen,

S. 8, 10, 11 © www.pediculosis-gesellschaft.de

**Basım Tarihi:** Ekim 2019

## Sipariş adresi



BZgA, 50819 Köln ya da

**E-Mail:** order@bzga.de

**Sipariş no.:** 60020060

Bu broşür BZgA tarafından ücretsiz olarak dağıtılmaktadır. Bu broşür, aracı kurum veya üçüncü kişiler tarafından para karşılığı satılamaz.

Metnin içeriği yayımcı tarafından güncellenmektedir.

## İçindekiler

Giriş.....	4
İnsan bitlendiğini nasıl fark edebilir?.....	5
Saç bitleriyle nasıl mücadele edilir? .....	9
Yapılması gereken başka neler var?.....	12
Hangi temizlik önlemleri alınmalı? .....	13
Bit ilaçları nasıl etki gösterir? Çocuğuma zarar verirler mi? .....	14
Evde kullanılan maddelerle bitlere karşı mücadele edilebilir mi?.....	17
Bulaşma tehlikesi ne kadar süre devam eder ve çocuğum ne zaman yeniden okuluna ya da yuvasına devam edebilir? .....	17
Bitlerden korunmak mümkün mü? .....	19
<b>Bit alarmı: Bitlerden hızla nasıl kurtulursunuz – Önemli noktalara genel bir bakış .....</b>	<b>20</b>
Saç bitlerine karşı başarılı bir mücadele için tedavi planı.....	22



## Kısa bir giriş

Bitlenme Avrupa'da her zaman var olmuştur. Bitler bulaşıcı hastalık taşımazlar, ancak çok kolay yayılırlar.

Günümüzün son derece yüksek hijyen standartları, bitlenme konusunda bir değişiklik sağlayamamıştır, çünkü bitlenme kişinin temizlik derecesiyle ilişkili değildir. Bitler, son derece bakımlı ve temiz saçlara bile rahatlıkla yerleşip çoğalabilirler. Hatta yeni yıkanmış saçları tercih bile ederler.

Herkes bitlenebilir ve bu durumda utanılacak hiçbir şey yoktur. Ancak, önemli olan bu kan emici asalaklardan en kısa zamanda kurtulmak ve bunların daha çok bulaşmasını engellemektir.



## Bitlenme nasıl gerçekleşir?

Bitler uçamaz ya da zıplamazlar. Fakat son derece çevik hareket ederler. Dolayısıyla bu istenmeyen misafirler aile ve arkadaş çevresi içerisinde olmanın rahatlığıyla yapılan sarılıp öpüşme, kucaklaşma ve başların birbirine teması gibi hallerde bir baştan diğerine rahatlıkla geçebilirler. Hangi saç köküne yerleşecekleri konusunda seçici değildirler



ve her yeni baş, yeni bir yuva ve besin kaynağı olarak bitlerin işine gelir. Sorunun göz ardı edilmesi halinde bütün aile, arkadaş çevresi, sınıf ve çocuk yuvasındaki diğer çocuklar bitlenme tehlikesiyle karşı karşıya kalır.

**Her insan- en iyi vücut bakımına ve her gün saçlarını yıkamasına rağmen – bitlenebilir!**



En sık karşılaşılan bulaşma yolu kafadan kafaya doğrudan bulaşmadır – eşyalar yoluyla bulaşma son derece seyrek rastlanan bir durumdur. Çünkü bitler, her gün birden çok defa kan emerek beslenmedikleri takdirde hızla kurumakta ve besinleri olmadan en fazla 55 saatte ölmektedirler. Bu yüzden de bitler, besin kaynaklarını – kafayı – asla kendiliklerinden terk etmezler.

Dolayısıyla eşyalar yoluyla bulaşma bir istisnadır ve ancak çok kısa bir süre içerisinde, o eşyanın ortak kullanılması durumunda bitlenmenin eşya yoluyla geçmesi söz konusu olabilir.

**Not: Ev hayvanları bitler için taşıyıcı değildirler.**

## İnsan bitlendiğini nasıl fark edebilir?

Saç derisinin şiddetlice kaşınması halinde bu küçük kan emicilerin sizi yeni kurbanları olarak seçip seçmediğini kontrol etme zamanınız gelmiş demektir. Ayrıca henüz fark edilir herhangi bir durum olmasa dahi, yakın çevrenizde ya da çocuğunuzun devam ettiği okul ya da yuvada bir bitlenme vakası bildirilir bildirilmez tüm aile üyelerinin başları çok dikkatlice kontrolden geçirilmelidir.

### İnsan bitlendiğinde kafası kaşınır mı?

Kaşınmadığınız halde bitlenmiş olabilirsiniz! Her insan saç derisi baş biti salgısına karşı kaşıntı ile reaksiyon göstermeyebilir veya çoğu zaman haftalar sonra kaşınır. Böylece bitler fark edilmeden çoğalabilir.

Kaşıntı olursa, insan istemsiz kaşınmaya başlar. İltihaplanabilen cilt yaraları oluşabilir. Bu bakteriyel deri enfeksiyonlarına ve daha ağır vakalarda lenf düğümlerinde şişliklere yol açabilir. Bu tür durumlarda doktora başvurulması gerekmektedir.



Başınızda yapacağınız bit kontrolü için en uygun yöntem, ıslak saçınıza ilk başta alışlagelen bir saç kremi sürmeniz (sürdükten sonra tekrar yıkamayın!) ve bit tarağı olarak adlandırılan tarakla saçlarınızı tutamlara ayırıp kökünden ucuna kadar özenle taramanızdır. Saç kremi, hem bu çok ince dişli tarağın saçınızdan geçmesini kolaylaştıracak ve hem de aynı anda bitlerin

taraktan kaçmalarına engel olacaktır. Ara sıra tarağı bir beze ya da bir kâğıt havluya silmeniz gerekir. Bitlenme söz konusuysa bu bezin üzerinde bitlere, yumurtadan yeni çıkmış nemflere ya da halk arasında "sirke" denen bit yumurtalarına rastlayacaksınız.



### Bit tarağı nedir?

Bit ya da sirke tarağı olarak adlandırılan taraklar, dişleri arasındaki açıklık 0,2 mm'yi geçmeyecek sıklıktaki özel taraklardır. Bu yüzden, bit, sirke ve nemleri yakalamak için son derece ideal yapıdadırlar. Bit tarağını eczanelerden edinebilirsiniz.

Altı bacaklı olan saç bitleri en fazla 3 mm büyüklüğünde ve normalde gri renktedirler. Eğer yeni kan emmişlerse kızılımsı bir renk alırlar. Çıplak gözle rahatlıkla görülebilirler. Genç bitler bundan biraz daha küçüktür ve bunları görebilmek için bir büyüteç kullanılabilir.

Eğer başa henüz az sayıda bit yerleşmişse kontrol sırasında tespit edilememiş olabilirler. Neredeyse her bitlenme vakasında bitlerin yanı sıra sirkelere de rastlanır. 0,8 mm büyüklüğünde ve damla şeklinde olan bu ufak yaratıklar kepeği andırırlar. Ama kepekten farklı olarak yıkamayla ya da silkelemeyle dökülmez, saçta sıkı sıkı yapıştıklarından, ancak bir bit ya da sirke tarağı kullanılarak tutundukları yerden çekilip alınabilirler. Başın incelenmesi sırasında kahverengi-gri arası sirkelerin bulunmasının yanı sıra, bitler dışarı çıktığı içi boşalmış beyaz parlak keseciklere de rastlanabilir.

Eğer, bitlere, nemler ya da saç derisine bir santimetreden daha az mesafede yapışık halde bulunan sirkelere rastlanırsa, bu yeni başlamış bir bitlenme vakasının açık göstergesidir. Saç derisine 1 santimetreden uzak mesafede rastlanan beyaz sirkelerin (keseciklerin) içleri genellikle boştur ve artık bunlardan bulaşma ihtimali yoktur.

Saçlardan çıkartılması oldukça zor olan boş yumurta kesecikleri, başarılı bir bit tedavisi sonrasında da uzun bir süre daha saçta görülebilir (sirkelerin saçtan çıkarılması için 11.sayfanın altına bakınız.)

### Bitlerin yaşam döngüsü ...

... yumurtadan nemfe ve nemften yetişkin, döllenmeye hazır bit olana dek değişik aşamalarda seyreder. Sirke olarak da adlandırılan kitinden kesecikler (A), dişi bit tarafından suyla uzaklaştırılmayacak şekilde saç derisine yakın bir noktaya yapışık olarak bırakılır. Yumurtlamanın ardından 8 ila 10 gün içerisinde nemfler (B) yumurtadan çıkar. Bu larvalar 9 ila 11 gün içerisinde gelişimlerini tamamlayarak yetişkin, döllenmeye hazır bitlere (C) dönüşür - ve kısirdöngü yeniden başlamış olur.



### Büyükük karşılaştırması için kibrit/1 sent bozuk para

Yumurtadan çıkıştan, yeni oluşan dişi bitin yumurtlamasına dek 17 ila 22 günlük bir süre geçer. Döllenmiş dişi bitler, her gün çok sayıda yumurta bırakırlar (bu, yaklaşık dört haftalık ömürleri süresince toplam 90 ila 140 adettir). Bitlenme vaka-sında başarı elde etmek için, tedavinin tam olarak bitin yaşam döngüsü süresine göre ayarlanması gerekir. Bu nedenle, aşağıdaki tedavi tavsiyelerinde belirtilen süreler kesinlikle dik-kate alınmalıdır.



## Saç bitleriyle nasıl mücadele edilir?

Günümüzdeki yaklaşıma uygun tedavi biçimi şöyledir: doktorunuza başvurarak ya da eczanelerden alabileceğiniz ruhsatlı bit ürünlerini başa uygulamanız ve diğer taraftan da düzenli ve özenli bir şekilde saçların bit tarağı ve saç kremi kullanarak taranması yöntemini uygulamanız tavsiye edilmektedir. Her iki yöntemi bir arada uyguladığınız takdirde, bitlerden çok yüksek bir olasılıkla kurtulacaksınız.



### 1. Ruhsatlı bit ürünüyle tedavi

Bit tedavisinde kullanılan ürünleri, doktor reçetesiyle veya reçete olmadan eczanelerden alabilirsiniz. Eğer çocuğunuz 12 yaşından küçük ise ve çocuk doktoruna danışıp reçete almışsanız, sağlık sigortaları çocuğunuzun tedavisi için çoğu ruhsatlı ilaç masraflarını karşılar. Ardından, tedavi evde yapılabilir.

Bit tedavisinde harici kullanılan, değişik etken maddeler içeren ve değişik etkiler gösteren geniş çapta ilaçlar mevcuttur (ayrıca bkz. s. 14). En uygunu, eczanenize uygun bir ilaç seçimi konusunda danışmanız ve orada ilaç kullanımında nelere dikkat edilmesi gerektiğini öğrenmenizdir.

Bir bit ilacını tercih ettikten sonra kullanılması gereken dozaj, ilacın dağılımı ve etki süresi konusunda kullanma talimatına mutlaka tamamen uyun, çünkü aksi takdirde tedavinin başarısını tehlikeye atmış olursunuz.

Ancak tek bir kullanımla tedavi yeterli değildir. Bu nedenle, ilk tedaviden (= 1. gün) 8, 9 ila 10 gün sonra bit ilacıyla tedavi tekrarlanmalıdır.

**Bu ikinci tedavi gereklidir**, çünkü çoğu ruhsatlı ilaç, yetişkin bitlere ve bit larvalarına karşı oldukça etkili olmasına rağmen sirkelerdeki yumurtalara karşı maalesef tamamen etkisiz ya da kısmen etkili olmaktadır. Bu nedenle, bit ilacıyla yapılan ilk tedaviden günler sonra bile nemfler çıkabilir. İkinci tedavi sayesinde ilk tedavinin ardından yumurtadan çıkan nemfler ortadan kaldırılır.



**Dikkat! Uygulama hataları tedavinin başarısını büyük ölçüde etkileyebilir!**

**Örneğin:**

- tedavi ürününün gerekenden kısa süre uygulanması
- ürünün yeterli miktarda kullanılmaması (Bit tedavisi ürünü saçın tamamına uygulanmalıdır!)
- Ürünün eşit bir şekilde dağıtılmaması
- nürünün başa eşit şekilde yayılarak uygulanmaması
- ikinci tedavi uygulamasının yapılmaması
- ikinci tedavinin çok erken ya da çok geç uygulanması



## 2. Bit tarağı ve saç kremiyle ıslak tarama

Bit tedavisi ürününün kullanımına ek olarak yumurtadan çıkan nemfleri etkisiz hale getirmek için saçların her 4 günde bir (tedavinin 1, 5, 9 ve 13. günlerinde) ıslakken bit tarağıyla taranması gerekmektedir. Bu uygulamada, saçlara herhangi

bir sa kremi uygulayıp, saçları tutamlara ayırın ve kökünden ucuna kadar her bir tutamı bit tarağıyla özenle tarayın. Her tutamın taranmasının ardından bit tarağını bir beze ya da kâğıt havluya sıyırın. Eğer sıyırđınız bez üzerinde nemflere rastlarsanız aynı tutamı yeniden dikkatlice tarayın.

**Not: BroŖrn 22. ve 23. sayfalarında, tedavinin gerekli adımlarını iŖaretleyebilmemiz için tedavi aŖamaları bir tablo halinde yer almaktadır. Bu tablo, tedaviyi baŖarıyla uygulamanızda size yardımcı olacaktır!**

Hamilelerde, bebek emziren annelerde ya da belli maddelere karŖı alerjik olan (rneđin kasımpatı alerjisi) kiŖilerdeki bitlenme vakaları gibi, bit tedavisi ürünlerinin kullanılmasının mümkün olmadığı durumlarda, bit tarağı ve sa kremiyle ıslak tarama yöntemi tek baŖına da uygulanabilir. Bit ilacı kullanmadan yalnızca tarama yoluyla yapılacak mücadele, her iki yöntemin de uygulandığı tedaviye oranla önemli ölçüde daha az etkilidir. Sa kreminin sirkeleri, nemfleri ve bitleri öldürmek için değil, yalnızca taramayı kolaylaŖtırmak amacıyla kullanıldığını lütfen unutmayın. Tarama yönteminin tek baŖına iŖe yarayabilmesi için, aŖırı dikkatli ve özenli bir Ŗekilde uygulanması ve burada tarif edilen kuralara uygun olarak gerekleŖtirilmesi gerekmektedir.



### **Keseciklerden nasıl kurtulunur?**

Başarılı bir tedaviden sonra bile genellikle başta boş kesecikler bulunabilir, nkn saa oldukça oldukça sıkı tutunmaktadırlar. Ancak endiŖe etmenize gerek yoktur, zira artık bulaŖma tehlikesi taŖımamaktadır. Bit tarağıyla taramak da sonuç vermezse, bunları tırnağınızla tek tek sıyrabilirsiniz veya üzerinde bulunduğu sa telini koparabilirsiniz.

## Yapılması gereken başka neler var?

Eğer aile bireylerinden birinin başında bitlere, nemflere ya da gelişmekte olan sirkelere rastlarsanız, hemen ailenin diğer üyelerini de dikkatli bir bit kontrolünden geçirmeniz gerekir. Çünkü bitlerin bu arada ailenin diğer üyelerinin başlarına da yerleşmiş olmaları ihtimali mevcuttur.

Bitlenme durumu fark edildiğinde, bitler genellikle geniş bir grup içerisinde (arkadaş çevresi, çocuk yuvası, okuldaki sınıf, vb.) yayılmış olurlar. Bu yüzden bu kan emicilere karşı vereceğiniz zahmetli mücadele tüm grupta toplu olarak uygulanmadığı ve sadece bireysel kaldığı sürece, tüm emeklerinizin boşa çıkması riski yüksektir.



Bu nedenle: Lütfen çocuğunuzun başında bitlenme saptadığınızda, çocuğunuzun bütün arkadaşlarının, okul ve çocuk yuvası yönetiminin yanı sıra, kendi kişisel çevrenizi de bilgilendirmeyi ihmal etmeyin. Bu durumda okul ya da yuva yönetimi de, bit mücadelesi konusunda bilgi ve danışmanlık veren; anne babalarla okul ya da yuva yönetimi arasında etkin bir işbirliği yürütülmesi için çaba gösteren sağlık müdürlüğüne konuyu iletacaktır. Utanıp, çocuğunun bitlendiğini gizleyen anne-babalar bu tutumlarıyla, bitlerin yayılmasını kolaylaştırır, tek başlarına mücadele etseler de tekrar bulaşma yüzünden bir kısır döngüye girilmesine yol açar ve böylelikle de kendileri dahil herkese zarar verirler!

## Hangi temizlik önlemleri alınmalı?

Saç bitlerinin eşyalarla yayılması çok düşük bir ihtimaldir, ancak yüzde bir gibi bir ihtimal de olsa sonucu değiştirmez. Örneğin bir bere, bitlenmeye maruz kalmış bir çocuğun başından diğerlerinininkine geçerse, bir bitin çok tercih etmese de bu gezintiye katılması ihtimal dahilindedir.



Ancak, bu oldukça nadir görülür. Dolayısıyla, çocuğunuzun hızlı ve derinlemesine tedavisi ve diğer aile üyelerinin başlarının incelenmesine nazaran kıyafetlerin yıkanması ve temizlik ikinci derecede öneme sahiptir. Bunlar yapıldıktan sonra aşağıdaki önlemleri alabilirsiniz:

- Saç fırçaları ve taraklarını sabunlu sıcak suda dikkatlice temizleyin (mümkünse bir tırnak fırçası ya da eski bir diş fırçası kullanarak),
- en iyisi her aile üyesinin kendi fırçasını ve tarağını kullanmasıdır,
- Havluların, iç çamaşırların ve nevresim takımlarının yanı sıra pijama, gecelik ve diğer giyim eşyalarını değiştirin,
- Başlık, atkı, örtü, yastık, oyuncak hayvan ve saçların temas ettiği diğer nesnelere 3 gün boyunca ağzı sıkıca kapalı plastik bir torbada muhafaza edin.



## Bit ilaçları nasıl etki gösterir? Çocuğuma zarar verirler mi?

Bitlenme vakasından kurtulmak için değişik etken maddeler içeren ve farklı etkiler gösteren, harici kullanılan ilaçlar ve tıbbi ürünler tavsiye edilir.

Bitlere karşı savaşta, uzun yıllardır bitlerin sinir sistemine karşı etki gösteren ürünler kullanılmaktadır. Bu ürünler bitlerin felç olmasına ve sonunda da ölmesine yol açan kimyasal veya bitkisel bazda etkin maddeler (kasımpatı çiçeği özü) içermektedirler. Almanya'da bu gruptan permetrin, piretrum ve alletrin maddeleri içeren ürünlere izin verilmektedir.

Saç bitlerine karşı tıbbi ürünler olarak adlandırılan çeşitli ürünler de mevcuttur. Bu ürünlerin çoğunun nasıl etki gösterdiği tam olarak bilinmese de içindeki maddelerin (yağların) bitlerin solunum organlarını tıкаяıp öldürdükleri düşünülmektedir.

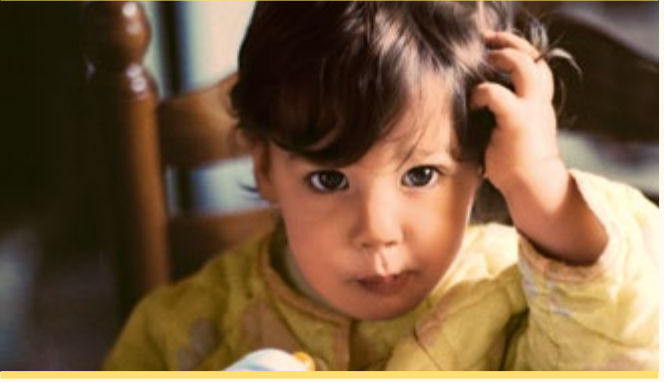
Federal Çevre Müdürlüğü tarafından ruhsat verilen bütün bit ürünlerinde tüm ürünler ayrıntılı bir şekilde etkileri, özellikle de uygunluk ve zararsızlık konusunda denetlenmiştir. Doğru kullanıldığı takdirde bu ilaçlar ve tıp ürünleri normalde insana zarar vermezler ve çocuklar için de kullanılabilirler. Yine de **bebeklerde ve yaşı ufak çocuklarda** ilaçları kullanmadan önce bir doktora danışmanız tavsiye edilir; çünkü her ilaç bu yaştaki çocuklar için uygun olmayabilir. Doktorunuz size doğru ilacı tavsiye edip reçete verecektir.

**Federal Çevre Müdürlüğü ve Federal Risk Değerlendirme Enstitüsü tarafından denetlenen ve ruhsatlanan ürünlerin listesini aşağıdaki internet sayfasında bulabilirsiniz.**

[www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

Bazı durumlarda bu maddeler, hassas bünyelerde alerjik reaksiyonlara ve tahrişe sebep olabilirler. Eğer çocuğunuzda son derece seyrek rastlanan **MCS-Sendromu** (multiple chemical sensitivity- çoğul kimyasal madde hassasiyeti) ya da **kasımpatı alerjisi** durumları söz konusuysa, doktora veya eczaneye danışın ya da sadece 'Bit tarağı ve saç kremiyle tarama' (bkz. s. 11) metodunu uygulayın.

Hamilelik ve emzirme dönemlerinde belli maddelerin kullanılmaması gerekmektedir. Lütfen bu durumlarda da yalnızca saç kremi uygulayarak bit tarağı yardımıyla ıslak tarama yöntemini uygulayın ya da doktor tavsiyesine başvurun.



Lütfen ayrıca bunlara dikkat edin: Federal İlaç ve Tıbbi Ürün Enstitüsü (BfArm) silikon yağı içeren ürünlerin çabuk alev almasından dolayı, kullanıcıların bu tür ürünlerde dikkatli olmasını tavsiye eder. Bu nedenle, ilacı kullandıktan sonra açık ateşe (örn. mum, yanan sigara) veya güçlü ısı kaynaklarına (örn. sıcak saç kurutma makinesi) yakın durulmaması tavsiye edilir.

Saç biti ürünleri kullanımında oluşabilen muhtemel tehlikeler ve riskler genelde kullanım kılavuzunda belirtilir ve bundan dolayı kılavuzun dikkatlice okunması gerekmektedir. Saç biti tedavisi araçlarının emin bir şekilde kullanılabilmesi için ayrıca eczanelere de danışabilirsiniz.



## Evinde kullanılan maddelerle bitlere karşı mücadele edilebilir mi?

Bitlere karşı mücadelede: evinizde bulunan çeşitli ürünlerin (örneğin yağ bazlı değişik ürünler vb.) kimi durumlarda işe yaramarı söz konusu olsa da bitlerden kurtulma konusunda güvenilir değildirler.

Sıklıkla ama bilinçsizce tavsiye edilen bir diğer yöntem ise, bitlerin saç kurutma makinesi vb. aletler kullanılarak sıcak hava yardımıyla öldürülmesidir. Bu önlem güvenilir olmamasının yanı sıra, aşırı sıcak yüzünden saç derisinin zarar görmesiyle sonuçlanabilir. Ayrıca saunaya girmek de bitlerden kurtulmak için uygun bir yöntem değildir.

Saçların çok kısa kesilmesi ya da tamamen kazınması, gerekli olmamasının dışında çocuğunuz için anlaşılabilir bir şekilde sıkıntı verici olabilir. Bu broşürde de açıklandığı gibi, bu tür radikal önlemlere başvurmadan da, bitlerle mücadele etme yöntemleri zaten mevcuttur.

**Evinizdeki materyaller, bitlerle mücadele için güvenilir değildir. İsteddiğiniz sonuca ulaşmanızı nadiren sağlarlar!**



## Bulaşma tehlikesi ne kadar süreyle devam eder?

**... ve çocuğum ne zaman tekrar okula ya da yuvaya gidebilir?**

Bitlenmeye maruz kalan çocuklar (ve yetişkinler) mümkün olduğunca çabuk tedavi edilmelidirler. Yukarıda anlatılan tedavi (s. 9) uygulanmadan önce çocukların okula ya da yuvaya devam etmemeleri gerekmektedir. Bitler, okul vb. gibi kalabalık ortamlarda çok hızlı yayıldığından, aynı sınıfa devam eden öğrencilerin ailelerinin mümkün olan en kısa sürede bitlenme vakasından haberdar edilmeleri, kendi çocuklarının saçlarını kontrolden geçirip, sonucu kuruma bildirmeleri gerekmektedir.

Enfeksiyonla mücadele yasaşı talimatlarına göre, bitlenmeye maruz kalan kişiler ancak bitlerin yayılması tehlikesi ortadan kalktıktan sonra ortak yaşam alanlarına geri dönebilirler. Bitlenmeye maruz kalan bir çocuğun, bit bulaştırma tehlikesinin ne zaman geçtiği ve artık okuluna devam etmesinin ne zaman mümkün olduğu konusunda aileler, kurum yönetimi ve hatta çocuk doktorları arasında kimi zaman birtakım anlaşmazlıklar yaşanabilir. Almanya'da enfeksiyonla mücadele konusunda yetkili kurumlardan biri olan ve konunun uzmanlarıyla yoğun bir şekilde çalışan Robert Koch Enstitüsü'nün (RKI) tavsiye niteliğindeki görüşüne göre; bitleri ortadan kaldıran tıbbi ürün kullanılmışsa, mümkünse ıslak tarama yöntemiyle birlikte uygulanarak (bkz. s. 9), bulaşma tehlikesi tedavinin uygulanmasından sonra ortadan kalkmaktadır. Çocuğunuz dikkatle tedavi edildiyse, ertesi gün yuvasına veya okuluna devam edebilir.



**Çocuğunuzun tedavisini hemen ve doğru olarak yaparsanız, çocuğunuzun okula ya da yuvaya devam etmesinde herhangi bir sakınca bulunmamaktadır!**

**Unutulmaması gereken en önemli noktalar:** Sekiz gün tamamlandığında ürünün ikinci kere uygulanmasının ihmal edilmemesi çok önemlidir. Aksi takdirde bu süre içerisinde yumurtadan çıkmış olan nemfler yüzünden bulaşma tehlikesi yeniden ortaya çıkabilir.

Dikkat edilmesi gereken nokta, çocuğunuzun okula ya da yuvaya dönme koşullarıyla ilgili olarak, yerel düzenlemelere göre farklı kuralların getirilmiş olabileceğidir. Buradaki genel yaklaşım, sağlık müdürlüklerinin ilgili kurum yönetimiyle birlikte (yerel düzenlemelere ve durumun gereklerine bağlı olarak) ortaklaşa karar vermeleri biçimindedir.



### Ayrıca ...

Hastalıktan Korunma Yasası 33. maddesine göre okullar ve yuvalar için geçerli olan tüm koşullar, çocukların ve yetişkinlerin bakımının yapıldığı evler, çocuk bakım merkezleri, kamplar vs. için de geçerlidir.

## Bitlerden korunmak mümkün mü?

Bitlerden gerçek anlamda korunmak mümkün değildir. Teorik olarak, başka insanlarla temas halinde olan herkes, her an bitlenme tehlikesiyle karşı karşıyadır. Alınabilecek en uygun "önlem", saçların ve saç derisinin düzenli olarak kontrol edilmesidir. Bu sayede en azından erken teşhis sağlanır ve çocuğunuzu, olası saç derisi enfeksiyonlarından korumanız ve bitlerin diğer insanlara bulaşmasını engellememiz mümkün olur.

## Bit alarmı: Bitlerden hızla nasıl kurtulursunuz – Önemli noktalara genel bir bakış

# 1

### Kontrol/Teşhis

- Kafa derisinin kaşınması ya da yakın çevrede bitlenme vakası görülmesi durumunda başınızı dikkatlice kontrol edin.
- Saç kremi uyguladığınız saçı tutamlara ayırın ve ayırdığınız her bir tutamı bir bit tarağıyla kökünden ucuna dek özenle tarayın.
- Her tutamın taranmasından sonra bit tarağını açık renkli bir beze ya da kağıt havluya sıyırın.
- Bitlere, nemfler ya da sirkelere rastladığınız takdirde geri kalan aile bireylerini son derece titiz bir kontrolden geçirin ve bit bulaşan herkese tedaviyi eksiksiz uygulayın.

# 2

### Bit ilaçlarıyla tedavi

- Bitlenme durumunda başınıza, eczaneden alacağınız ruhsatlı bir ilaç ya da tıbbi ürünü uygulayın. Kullanma talimatını okuyun ve onlara harfiyen uyun.
- İlk tedaviden sonra (o günü 1. gün kabul ederek) takip eden 8, 9 ya da 10. günlerden birinde tedaviyi tekrar uygulayın.
- Hamilelik ve emzirme dönemlerinde, belirli alerjilerin veya hassasiyetlerin olması durumunda veya kafa derisinde açık yaralar olması durumunda bit ilaçlarının kullanımına dikkat edin. Bu durumda, yalnızca saç kremi uygulanmış saçın bit tarağıyla taranması biçimindeki ıslak tarama yöntemini uygulayın (bkz madde 3) ya da doktorunuza başvurun.

- Yeni doğmuş bebeklere ve küçük yaştaki çocuklara tedavi uygulamadan önce mutlaka doktora danışın.

### Saç kremi ve bit tarağıyla tarama

- İlk tedaviden hemen sonra saç kremi uyguladığınız ve tutamlara ayırdığınız saçın her tutamını bit tarağıyla kökünden ucuna dek özenle tarayın. Tarağı daha sonra bir beze ya da kağıt havluya sıyırın.
- Islak tarama uygulamasını iki hafta boyunca her dört günde bir tekrarlayın (1. gün, 5. gün, 9. gün ve 13. gün)

### Çevrenin bilgilendirilmesi ve izlenmesi

- Bitlenme durumunda çocuğunuzun devam etmekte olduğu okul ya da yuvanın yanı sıra yakın çevrenizi de konudan haberdar edin.
- Yakın temas içinde bulunulan (aile, sınıf ve yuva arkadaşları) herkesin dikkatli bir kontrolden geçirilmesi ve gerektiği takdirde tedavi edilmesi gerekir.

### Ek önlemler

- Saçlarla temas eden tüm tekstil ürünlerini ve diğer eşyaları titizce temizleyin (örn. tarak, fırça, kasket, atkı ve nevresim) veya 3 gün süreyle ağzı sıkıca kapatılmış plastik torbada muhafaza edin.
- Dezenfekte edici ya da haşare öldürücü ek ürünlere gerek yoktur.

## Saç bitlerine karşı başarılı bir mücadele için tedavi planı

- Bitlenme vakasının tedavisinde tablodaki plana uygun hareket edin.
- Tablodaki mavi renkli alanlar hangi tedavi aşamalarını ne zaman uygulamanız gerektiğini göstermektedir.
- 1. gün, ruhsatlı bir bit ürünü uygulanarak bitlenmeye karşı ilk tedavinin yapıldığı gündür (bu ilk tedavi, bitlenmenin tespit edilmesinin ardından mümkün olduğunca hızla uygulanmalıdır).
- Tedavinin her aşamasında, uyguladığınız tedavi adımını tablodaki uygun alana işaretleyin.
- Mavi kısımların tümü işaretlendiğinde, tedavi sona ermiş demektir.
- Son olarak, başı dikkatle kontrol etmelisiniz. Yayılma çok fazlaysa, emin olmak için birkaç gün çeşitli defalar kontrol edilmesi tavsiye edilir.

Sorularınız olduğu takdirde, güvendiğiniz bir doktora ya da yerel sağlık müdürlüklerine başvurun.

Saç bitleri konusundaki güncel bilimsel bilgilere, tartışmalara ve yeniliklere ulaşmak isterseniz Federal Sağlık Bilgilendirme Merkezi'ne ait internet portalını ziyaret edebilirsiniz:

■ [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

Konuyla ilgili daha geniş kapsamlı bilgileri Robert Koch Enstitüsü'ne ait internet sayfasında bulabilirsiniz:

■ [www.rki.de](http://www.rki.de)

Gün	Tarih	Ruhsatlı bir ilaçla/ tıbbi ürünle tedavi	Bit tarağı ve saç kremiyle tarama
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9 <sup>1</sup>			
10			
11			
12			
13 <sup>2</sup>			

<sup>1</sup> Lütfen dikkat edin: İkinci tedavi 8. ya da 10. günde de uygulanabilir.

<sup>2</sup> Son kontrol. Özellikle başta çok fazla bit olması durumunda, ekstra güvenlik için 17. günde bir tarama daha yapılabilir.

### Saç biti ... anaokulunda veya okulda ne yapılmalı?

BZgA, saç bitlerini tesisten mümkün olduğunca çabuk uzaklaştırmak için, yuvaların, okulların ve diğer sosyal tesislerin uzman ve yönetim görevlilerine [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de) internet portalında bilgiler ve pratik destek sunmaktadır.

[www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

[kindergesundheit-info.de](http://kindergesundheit-info.de)

