

# Effektiv kæmmeteknik

## Apotekets anbefaling:



### Du skal bruge:

- ✓ God tid
- ✓ Godt lys
- ✓ Lusekam
- ✓ Almindelig børste og kam
- ✓ Hårklemmer
- ✓ Balsam/balsamspray
- ✓ Et lyst håndklæde til skuldrene



Gør håret vådt, og red det igennem med en børste eller kam.

Fordel godt med balsam/balsamspray i håret, for at gøre håret mere glat og undgå at det filtrer. Balsam gør det også sværere for lusene at bevæge sig. Red håret igen.



Del håret op i sektioner med en kam. Brug hårklemmer, så du har mere kontrol over håret. Jo kraftigere hår, desto flere og mindre sektioner.



**apotekets**

Så er du sikker



Kæm hver sektion af håret, én hårtot ad gangen, fra hovedbund og helt ud til hårspidsen hele vejen rundt om hovedet.



Den buede del midt på lusekammens håndtag skal vende mod hovedbunden, så Apotekets logo vender mod dig selv.



Tjek lusekammen for lus og æg ved at tørre tænderne af i et hvidt stykke køkkenrulle efter hvert tag. Brug eventuelt et forstørrelsesglas.

Anvend løbende mere balsam efter behov. En balsamspray er nem at håndtere, når du er i gang med kæmningen.

Når du har kæmmet håret hele vejen rundt om hovedet 2 gange uden at finde lus, er tommelfingerreglen, at personen ikke har lus.

Vask lusekammen grundigt efter brug.

### **Sundhedsstyrelsens anbefaling:**

For effektiv behandling mod lus skal håret kæmmes hver 2./3. dag i 14 dage.

Læs mere om lus på  
[apotekets.dk](http://apotekets.dk)