



Poux

🕒 paru le 31/01/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Les poux sont des insectes que l'on peut trouver dans les cheveux des êtres humains. Ce sont des parasites qui se nourrissent de sang humain. Ils s'attachent aux cheveux, mordent la peau et sucent du sang, dont ils se remplissent. Au cours de cette succion, la salive du pou entre en contact avec la peau, ce qui provoque les démangeaisons caractéristiques.

Les poux ont un cycle de vie composé de plusieurs phases. Le pou est adulte à l'âge de 15 à 20 jours. Sa durée de vie moyenne est d'un mois maximum. Les femelles ne mesurent pas plus de 3 mm de long et sont généralement légèrement plus grandes que les mâles. Bien qu'ils appartiennent à la même famille, le pou de tête et le pou du pubis (morpion) sont deux espèces différentes : les poux de tête vivent sur la tête chevelue, tandis que les morpions vivent sur les poils du pubis, les poils du thorax, les cils et les sourcils.

Chez qui surviennent-ils ?

Les poux sont transmis de personne à personne (directement ou par des chapeaux, des foulards ou écharpes, des serviettes, des brosses à cheveux...). C'est pourquoi on les retrouve surtout chez des personnes vivant en groupes, comme dans les écoles, les pensionnats, les casernes, etc. Ainsi, plusieurs membres d'un groupe peuvent rapidement se retrouver avec des poux.

Comment les reconnaître ?

Aux endroits où les poux mordent se forment de petites bosses (nodules ou papules) qui démangent, généralement plusieurs ensemble. Si vous regardez de près, vous pouvez voir les poux. Les œufs des poux (les lentes) collent fortement aux cheveux. Vous pouvez également les voir et même les sentir lorsque vous faites glisser les cheveux entre vos doigts. Pour vous en assurer, vous pouvez aussi peigner les poux avec un peigne fin au-dessus d'une feuille de papier blanc. Vous pourrez ainsi bien les voir. Les morsures de morpions provoquent de petites taches gris-bleu.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Une personne qui a des poux le sait généralement bien avant d'aller chez le médecin. Le médecin peut constater la présence des poux et rechercher les lentes collées aux cheveux. Pour ce faire, il regarde parfois les cheveux au microscope.

Que pouvez-vous faire ?

Bien que ce ne soit pas vrai, les poux sont encore associés à une mauvaise hygiène, et beaucoup de gens pensent que seules les personnes qui ont une mauvaise hygiène ont des poux. C'est pourquoi beaucoup de gens ne disent pas qu'ils ont des poux, parce qu'ils ont honte. Malheureusement, cela ne fait qu'augmenter la propagation des

poux. Si votre enfant a des poux, ne tardez pas à le faire traiter. Dites-le également l'école afin qu'elle puisse vérifier s'il y a d'autres cas.

Pour éliminer les poux, il est préférable d'adopter la méthode du peigne à poux sur cheveux mouillés :

- Commencez par laver les cheveux.
- Puis appliquez un après-shampooing.
- Ensuite, vous éliminez les lentes avec un peigne à poux. C'est un peigne dont les dents sont espacées de moins de 0,3 mm. Peignez toujours les cheveux depuis leur racine jusqu'à leur extrémité.

Faites cela deux fois par semaine jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de poux ni de lentes sur le peigne.

Que peut faire le médecin ?

Les shampooings, spray et lotions antipoux ne sont plus disponibles depuis fin 2018. Ils ne sont pas plus efficaces que la méthode du peigne à poux sur cheveux mouillés. Si vous avez des doutes, vous pouvez consulter le médecin généraliste pour constater la présence de poux.

En savoir plus ?

- [Poux – Mutualité chrétienne](#)
- [Médicaments contre les poux – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Poux de la tête et du pubis' \(2000\), mis à jour le 29.05.2017 et adapté au contexte belge le 06.03.2019 – ebpracticenet](#)
- [Médicaments contre les poux – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)