

## การป้องกัน

### การแพร่กระจายของเหา

- ควรรักษาสมาชิกทุกคนในครอบครัว โรงเรียน หรือ ชุมชน พร้อมๆกัน
- ทำความสะอาดเครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม ที่นอน หมอน เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว ที่ใช้ในหนึ่งอาทิตย์ที่ผ่านมาด้วยการซักน้ำร้อนอย่างน้อย 5 นาที สำหรับเครื่องนุ่งห่มที่ซักไม่ได้ เช่น หมอนและพรม ควรอบแห้ง 50°C 20 นาที หรือเก็บไว้ในถุงพลาสติกปิดปากแน่นอย่างน้อย 14 วัน
- ล้างหัวในน้ำร้อน 65°C หรือแช่ใน 2% Lysol เป็นเวลา 1 ชั่วโมงเพื่อฆ่าตัวเหา
- แยกของใช้ส่วนตัว ผ้าเช็ดตัว หัว เครื่องนุ่งห่ม และที่นอน ไม่ใช่ของร่วมกับผู้ป่วย
- ตัดเล็บสั้น ไม่แกะ แกะ เกา ผื่นคัน

หากต้องการปรึกษาแพทย์ผิวหนัง

ติดต่อได้ที่

หน่วยตรวจโรคผิวหนัง

โรงพยาบาลศิริราช

โทร 02-4197380-1, 02-4199628

เพื่อมารับการตรวจในเวลาราชการ

หรือ

โทร. 02-4199801

เพื่อนัดหมายการตรวจ

คลินิกพิเศษนอกเวลาราชการ



สแกนเพื่อประเมินความพึงพอใจ  
หลังจากอ่านสื่อความรู้ด้านสุขภาพฉบับนี้

จัดทำโดย

รศ.พญ.จรัสศรี นียาพรณ

รศ.นพ.รัฐพล ตวงทอง

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งล่าสุด ปี พ.ศ.2564

รหัสหน่วยงาน DE

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ. การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ  
สุขภาพ  
ออนไลน์

  
สร้างเสริมสุขภาพศิริราช (สสศ.)



มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

## เหา (Pediculosis)



หน่วยตรวจโรคผิวหนัง

ภาควิชาตจวิทยา

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล

SIPI DE1094364

## เหาคืออะไร ?

เกิดจากการติดตัวเหา ซึ่งเป็นแมลง ชื่อ *Pediculus humanus capitis* ลักษณะรูปร่างตัวเรียวยาว ขนาด 3-4 มม. มีความคล่องตัวในการเคลื่อนไหว จึงทำให้ติดโรคกันง่ายตัวแมลงจะวางไข่บนเส้นขน และหลังสารหุ้มปลายด้านหนึ่งของไข่ให้เกาะแน่นติดอยู่ ไข่เหามีขนาดยาว 0.5 มม. มองเห็นด้วยตาเปล่า

การติดเชื้อเกิดจากการสัมผัสใกล้ชิด เช่น การสัมผัสโดยตรง สัมผัสเสื้อผ้า ผ้าปูที่นอน หมวก ที่แต่งผมและหวี เป็นต้น พบบ่อยในเด็กวัยเรียน โดยเฉพาะเด็กผู้หญิง เริ่มแรกเหาจะวางไข่ชิดหนังศีรษะและเมื่อผมยาวขึ้นไข่เหาจะถูกเลื่อนสูงขึ้นไปด้วย ตัวเหาสามารถมีชีวิตอยู่นอกร่างกายมนุษย์ได้นานถึง 4 วันในสภาวะอุณหภูมิห้องปกติ และ ไข่เหาสามารถอยู่ได้นานถึง 10 วัน นอกร่างกายเป็นโรคติดต่อง่าย มักพบว่าเป็นกันทั้งครอบครัวหรือระบาดอยู่ในชุมชน

## อาการของเหาเป็นอย่างไร ?

ผู้ป่วยจะมีอาการคัน เกิดเป็นตุ่มคัน บริเวณที่ติดตัวเหา ซึ่งพบมากที่สุดที่ศีรษะ แต่อาจพบได้ที่อื่น เช่น บริเวณเครา ขนตา ในรายที่เป็นมานาน หรือมีอาการรุนแรง จะมีการติดเชื้อแบคทีเรียซ้ำเติมที่ผิวหนังและมีต่อมน้ำเหลืองข้างคอและท่ายทอยโต



## จะทราบได้อย่างไรว่าเป็นเหา ?

1. การซักประวัติ ผู้ที่มีอาการคันมากและพบสมาชิกหรือผู้ใกล้ชิดที่มีอาการคล้ายๆกัน มีการระบาดของเหาในโรงเรียนหรือชุมชน จะช่วยในการวินิจฉัย
2. การตรวจร่างกาย พบตัวเหาหรือไข่เหาติดที่เส้นผม แยกจากรังแคหรือปลอกหุ้มเส้นผม โดยไข่เหาจะไม่สามารถขยับไปตามเส้นผมได้
3. การตรวจดูด้วยกล้องจุลทรรศน์ โดยนำเส้นผมมาดูพบตัวเหาหรือไข่เหา

## การรักษาเหา

การตัดผมหรือโกนผม เป็นวิธีที่ได้ผลดี เพราะเมื่อตัวเหาและไข่ไม่มีที่เกาะยึดแล้ว โรคก็จะหายไป แต่เป็นสิ่งที่ปฏิบัติลำบาก

## ยาทา

ยาทาที่ใช้ได้ดีต่อตัวเหาและไข่ คือ **permethrin lotion, pyrethrins** หรือ **malathion** การทายาควรสวมถุงมืออย่าง ทายาให้ทั่วศีรษะ ทิ้งไว้ 5-10 นาทีแล้วล้างออก หลังจากนั้นควรใช้หวีซี่ถี่ๆ หวีตัวเหาและไข่เหาออก ควรทายาซ้ำอีกครั้งในอีก 7 วัน

## ยารับประทาน

**Ivermectin** มีประสิทธิภาพรักษาเหาได้ดี ใช้ในผู้ที่ไม่ตอบสนองต่อการทายา