



Baş bitleri? –  
onlardan kurtulun!

Mit freundlicher Genehmigung des  
Gesundheitsdepartements des Kantons Basel-Stadt

## Başarı için tavsiyeler !

Baş bitleri can sıkıcıdır ve başın bitlenmesi, başın bitlerden temizlenmesinden daha hızlıdır. Bu küçük hayvanlar uzun zamandan beri insanlardan yaşamaktadırlar ve insan onlarla yaşamayı öğrenmek zorunda idi - «ama benim başında değil!», diye düşünmekte bir çok insan. Ailede bitlerin olduğu zamanın mümkün olduğunca kısa ve seyrek olması için, size bazı tavsiyelerde bulunmak istiyoruz:

1. Herkesin başı bitlenebilir, ama bu fiilen sadece direk kafa teması ile olur.
2. Çocuğunuzun kafasında bit veya sirke olup olmadığından emin olmak için, saç birçok kez kontrol edin. Saçtan temizlenmesi kolay olan kepekten farklı olarak, sirkeler saç yapışrlar.
3. Çocuğunuzun kafası kaşınıyor ise veya okulda, anaokulunda, ailede veya arkadaşlarda bit bulunmuş ise, çocuğunuzun saçlarını kontrol edin.
4. Çocuğunuzun saçlarına, sadece eğer gerçekten bit varsa, bite karşı tedavi uygulayın. **Önem olarak tedavi uygulamanın hiç bir yararı yoktur.** Sık sık tedavi uygulamaktan kaçınin.
5. Bite karşı olan maddeler iki temel gruptur :  
- Silikon yağı bazlı şampuanlar  
- Böcek ilacı içeren şampuanlar  
Bu ürünleri alırken eczanede danışın ve ürün paketinin içindeki prospektüsü okuyun.

6. **Bütün sirkeleri temizleyin**, ancak ondan sonra bitlerden kurtulabilirsiniz! Bunun için özel sirke tarağı kullanın. Bu çok zaman alır, **ama tedavinin en önemli aşamasıdır!**
7. Yatak çarşaflarını, giyisileri, oyuncakları vb. **temizlemek için çok uğraşmayın.** Bu eşyalarla bit bulaşması seyrek. Elektrik süpürgesi ile temizlemek yeterlidir. Diğer alternatifler, yıkamak (60°C) veya 2 gün süresince eşyaları kullanmamaktır.
8. Taraklar ve diğer saç eşyalarını sıcak su ile temizleyin (10 dakika suda bırakın), uzun saçları toplayın.
9. **Okulu, anaokulunu, çocuk yuvasını, kreşi, komşuları vb. bilgilendirin.**
10. **Bütün sirkelerin ve bitlerin iyi bir sirke tarağı ile temizlenmesi tedavinin en önemli bölümüdür! Düzenli kontroller en iyi tedbirlerdir !**

Her türlü sorunuz için  
«Kinder- und Jugendgesundheitsdienst»  
hizmetinizdedir.