



I dées reçues

Envahissants, mais pas dangereux, les poux sont exaspérants pour les enfants – ça gratte ! – et un vrai casse-tête pour les parents – comment s'en débarrasser ? –, et bêtes noires des maîtresses et des directrices de crèches. Tant d'idées reçues courent sur les poux, leur prévention et leur traitement. Le point pour les combattre avec efficacité et durablement.

AVEC : le **Pr Olivier Chosidow**, chef du service de dermatologie à l'hôpital Henri Mondor, à Créteil.



En finir

La rentrée, c'est la saison des poux.

Faux. Hélas, les parents le savent très bien, les poux peuvent sévir toute l'année, même si effectivement la plupart des directeurs d'écoles maternelles et primaires redoutent leur recrudescence à la rentrée.

On dit que certains enfants auraient de véritables têtes à poux !

Faux. Cela dit, on constate souvent que les cheveux longs, plutôt raides, offrent des facilités "d'ascension" pour les petites pattes des poux. Ceux-ci peuvent ainsi plus facilement passer d'une tête à l'autre. On n'a jamais démontré pour autant qu'il existait des facteurs de prédisposition à les héberger ! En revanche, on sait qu'ils trouvent leur compte de nourriture autant sur les têtes

propres que sur les sales. Surtout là où la température du cuir chevelu est la plus élevée : c'est-à-dire la nuque, le dessus des oreilles et les tempes.

Les poux vivent une quinzaine de jours.

Faux. Les poux sur la tête subsistent en moyenne de 6 à 8 semaines car leur cycle de vie dure jusqu'à 50 jours. L'œuf, ou lente, collé à la base du cheveu, contient un embryon qui se développe pendant 8 jours. Après son éclosion, une larve sort et devient, en 9 à 12 jours, un pou adulte. La coquille vide reste accrochée au cheveu. À ce stade, elle ne bouge pas de la tête de l'enfant. En revanche, lorsque le pou est mature, il va commencer son voyage d'une tête à l'autre. Il pourra vivre environ 30 jours. La femelle pond 5 à 10 œufs par jour et le cycle recommence.

avec les poux!

C'est important d'avoir à l'esprit cette durée de vie des poux et lentes pour parvenir à s'en débarrasser, en répétant les applications de produits à bon escient.

En revanche, loin de "sa tête", le pou ne peut pas survivre plus de 4 à 6 heures et lorsqu'il est gorgé de sang, pas plus de 2 ou 3 jours. Il a besoin de la chaleur et de l'humidité de la tête pour vivre, et du sang du cuir chevelu pour se nourrir. Quant aux lentes, il leur faut plus de 26 °C pour éclore. Sur un cheveu arraché, elles meurent.

Ils ne sautent pas de tête en tête.

Vrai. Les poux n'ont pas d'ailes. Ils ne volent par conséquent pas et ne sautent pas non plus. Ils se déplacent le long des cheveux et vont de tête en tête à l'aide de leurs pinces puissantes. C'est avec elles qu'ils agrippent les fibres d'un bonnet, d'une écharpe ou le col d'un manteau, par exemple. En réalité, les poux se transmettent essentiellement par contact direct, de tête à tête, et beaucoup moins par l'intermédiaire des brosses, barrettes, bonnets, taies...

Les poux sont de plus en plus résistants.

Vrai. En Europe, les poux ont effectivement développé des résistances à la plupart des insecticides traditionnellement utilisés, les pyréthrinés naturels et, surtout, les analogues de synthèse. De même, on sait qu'ils commencent à ne plus réagir à la deuxième grande famille des insecticides chimiques, le malathion, mais en France on n'a pas encore de données précises sur l'importance du phénomène, assez complexe en réalité : la résistance des poux varie d'une école à l'autre, d'un enfant à l'autre... Et sur une même tête, vous pouvez avoir des poux résistants aux pyréthrinés et d'autres au malathion!

Il suffit de les noyer dans un bain.

Faux. Les poux savent nager et sont capables de résister à une immersion prolongée, même en piscine : pendant 5 heures environ! Pour bloquer l'arrivée de l'eau dans leur système nerveux central, ils ferment leurs orifices respiratoires, les quatorze spiracles disposés sur les côtés de leur corps. C'est d'ailleurs exactement le même

mécanisme qui se produit lorsqu'on croit les noyer avec un shampoing "anti-poux", pas assez concentré et que, de toute façon, on rince forcément ensuite!

Il existe de nouveaux produits très efficaces et inoffensifs.

Vrai. Les diméticones sont des huiles de silicone considérées comme chimiquement inertes et inoffensives sur le plan toxicologique. Le développement de résistances est, a priori, très improbable. Leur mode d'action est purement physique : une étude très récente montre que ces huiles pénètrent dans les spiracles des poux et entravent les échanges d'oxygène et de vapeur d'eau. En fait, les poux n'étoufferaient pas, mais se déshydrateraient et éclateraient. Quant aux mélanges d'huiles essentielles, censés également étouffer le pou, on n'a pas encore démontré leur efficacité, ni même leur totale innocuité.

Pas de produit anti-poux avant 2 ans.

Faux. Bien des produits peuvent être utilisés avant cet âge. Mais, d'une part, les poux sont plutôt rares sur les têtes d'enfants aussi jeunes et, d'autre part, il vaut mieux a priori bien choisir lesquels et en raccourcir la durée d'application. Il est donc recommandé de demander l'avis de votre médecin car les traitements ne sont pas anodins. En effet, les insecticides locaux (accusés par une étude de provoquer la leucémie aiguë de l'enfant) sont de véritables médicaments et sont d'ailleurs vendus comme tels. Ils comportent des risques mais sont très contrôlés. Les gels siliconés et les huiles ne rentrent pas, pour leur part, dans les contraintes réglementaires des médicaments car ils sont considérés comme des « dispositifs médicaux ». Ils n'ont donc pas été évalués dans les mêmes conditions par les autorités de santé.

Les shampoings "anti-poux" ne servent strictement à rien.

Vrai. Ils ne sont pas assez concentrés en produit actif, et comme de toute façon on les rince, les poux ne risquent pas d'être tués! En revanche, ils participent à l'expansion



de leurs résistances. Bien sûr, après application de la lotion durant le temps nécessaire, on peut ensuite laver les cheveux avec un shampoing ordinaire, puis rincer.

Les lotions sont préférables aux sprays.

Vrai. Les lotions permettent une application du produit plus homogène. De plus, elles ne diffusent pas dans l'environnement, et ainsi ne risquent pas de provoquer des bronchospasmes chez les enfants asthmatiques.

Des applications plusieurs jours de suite, c'est plus sûr.

Faux. En revanche, il faut systématiquement répéter l'application comme indiqué sur la notice, souvent entre le 7^e et le 11^e jour après la première. Cela permet d'éliminer les poux éclos des lentes présentes à ce moment-là. Car ne vous fiez pas aux promesses du packaging : la plupart des produits anti-poux sont loin de détruire aussi les lentes.

Par précaution, on passe tout au répulsif.

Faux. Doublement faux ! Premièrement, le répulsif n'a jamais démontré son efficacité pour éviter la propagation des poux. La seule façon de procéder est de dépister l'infestation effective de la tête et de la traiter. Deuxièmement, son utilisation a sa part de responsabilité dans l'extension du phénomène de résistance aux produits.

Il faut toujours laver le linge à 90 °C.

Faux. Un lavage à 50 °C, avec une lessive standard et rien d'autre, suffit pour éliminer poux et lentes, c'est prouvé ! A 40 °C, ils résistent, comme des études l'ont démontré. ■

Peter Cade/Getty Images

FLORENCE ARNOLD-RICHEZ

Traitement de choc... en douceur

Ces lotions, aux huiles naturelles ou de synthèse, asphyxient poux, larves et œufs, et décollent les lentes. Elles s'appliquent en général sur cheveux secs et sont vendues avec des peignes.



① **Duo LP-Pro**, Lotion radicale, Laboratoire Terra Santé, 14,90 €. Le fabricant propose son remboursement en cas d'inefficacité. Sans parfum. Temps de pose de 8 heures minimum. Dès 6 mois.



② **Paranix**, Laboratoires Omega Pharma, 17 €. Bonne odeur d'anis, action anti-irritante de l'huile essentielle d'ylang-ylang. Attention : deux applications sont nécessaires à 10 jours d'intervalle. Temps de pose de 15 minutes. A partir de 2 ans.



③ **Parasidose**, Soins traitant, Laboratoires Gilbert, 11,90 €. Le seul de cette sélection à s'appliquer sur des cheveux humides. Le fabricant revendique la possibilité de l'utiliser pendant la grossesse ou l'allaitement. Son odeur de bubble-gum plaira aux enfants. Nécessité de deux applications à plusieurs jours d'intervalle. Temps de pose de 45 minutes. Dès 3 mois.



④ **Nyda**, Laboratoires Pohl Boskamp, 13 € env. Le démêlage est vraiment facilité mais, en revanche, l'odeur est assez désagréable. Pose en deux temps : 45 minutes avant de passer le peigne fin, puis 8 heures. Dès 2 ans.



⑤ **Poux Apaisyl**, Merck, 18 €. Cette lotion contient aussi une base lavante, inutile donc de faire un shampoing après l'application. Sans odeur. Temps de pose de 15 minutes, mais le produit doit être appliqué encore deux fois : le 7^e et le 14^e jour suivant la première application. Dès 2 ans.



⑥ **Abapou**, Hégor, 11 €. Une texture crémeuse qui facilite le peignage et le rinçage. Sans paraben ni parfum. Temps de pose d'une heure, avec parfois la nécessité en plus d'appliquer un baume pour décoller les lentes. Une deuxième application est nécessaire 7 jours après. Dès 3 ans.

CHRISTINE AVELLAN