

Nat-kam-methode

Om luizen uit te roeien, geniet de nat-kam-methode de **voorkeur**. Geen enkele luis overleeft de behandeling indien je ze correct uitvoert. Bovendien worden kinderen zo vaak met luizen besmet dat ze beter niet elke keer met [agressieve, chemische producten](#) behandeld worden. De nat-kam-methode vereist weliswaar enige tijd, maar is onschadelijk en goedkoop, en heeft geen nevenwerkingen.

Benodigheden

- Conditioner (crèmespoeling, balsem).
- Gewone kam.
- Fijne luizenkam: tanden 0,3 tot 0,4 mm uit elkaar, rechthoekige of ruitvormige doorsnede, bij voorkeur licht van kleur zodat je de luizen ziet zitten.
- Wit keukenpapier.
- Handdoek.

Tien stappen

1. Was het haar met **gewone shampoo**.
2. **Spoel** de shampoo uit het haar, maar droog het niet af.
3. Wrijf het natte haar overvloedig in met **conditioner**.
4. Kam de knopen uit het haar met een **gewone kam**.
5. Buig het hoofd voorover en kam met een **luizenkam** het haar **systematisch** van achteren (uit de nek) naar voren (voorhoofd). Druk de luizenkam goed tegen het hoofd aan. Let vooral goed op achter de oren en in de nek.
6. Veeg de luizenkam na elke kambeweging af op een stuk **wit keukenpapier**. Zo merk je of er luizen aanwezig zijn. Luizen kan je uit de kam verwijderen met een tandenstoker.
7. **Spoel overvloedig** de conditioner uit het haar, maar droog het niet af.
8. Kam met een gewone kam het haar opnieuw **naar achteren**.
9. Kam het haar een **tweede keer systematisch** met de luizenkam, maar ditmaal van voren naar achteren en opnieuw van het ene oor naar het andere.
10. Veeg de luizenkam opnieuw **na elke kambeweging** af op een stuk wit keukenpapier. In totaal moet je minstens een **kwartier** kammen. Als het karwei achter de rug is, leg je de gebruikte kammen in water van minstens 60°C gedurende vijf minuten. Herhaal het kammen **gedurende minstens twee weken** om de drie à vier dagen, tot geen enkele luis meer wordt gevonden. Indien er nog levende luizen worden gevonden, moet het toepassen van de nat-kam-methode met twee weken verlengd worden.