

BEZOPASNI mali dosadnjakovići

Vaške su veoma česta pojava u vrtićima i školama, a ukoliko ima bilo ko to ne zna, reč je o parazitima koji žive na različitim biljkama, životinjama i ljudima. Preživljavaju sve dok imaju domaćina koji ih hrani, a na čoveku parazitiraju uglavnom telesna vaška, vaška glave i stidna vaška. Najčešće su, ipak, vaške u kosi. Bezopasane su "nametljivice", ne prenose bolesti, ali zadaju mnogo posla, objašnjava pedijatar, dr Hibnijeta Apuk iz DZ "Vizim".

- Vaške glave su paraziti veličine 2-3 mm koje žive isključivo na vlastitu, hrane se krvlju domaćina do koje dolaze bezbolnim ubodima.

AKO SE U PORODICI ILI KOLEKTIVU OTKRIJU VAŠKE, SVI MORAJU NA TRETMAN

Ženka snese dnevno 4-5 jaja (gnjide) koje lepi za donji deo dlake, pa ih je veoma teško skinuti. Iz gnjida se za pet dana razvija larva, a za tri nedelje odrasla vaška. Odrasla ženka u toku života, koji traje prosečno 1-2

meseca, snese oko 200-300 jajaca, gnjida, koje odlaže uz koren kose, najčešće uz vrat i iza ušiju. Iz gnjide se vaška izleže za oko nedelju dana, dve nedelje nakon toga postaje polno zrela i počinje da reprodukuje gnjide.

Vaške se mogu preneti direktnim kontaktom sa kosom zaraženog, međusobnim dodirima dece tokom igre ili indirektno priborom za češljanje, maramama, kapama i slično. Naša sagovornica kaže da nisu samo vrtići i škole "rasadnici" vaški, već da ih često ima i u bolnicama i porodilištima. Nije retkost da nakon odlaska frizeru posle par dana dobijete vaške.

Vole čistu kosu

Uglavnom se vode polemike o tome da li vaške imaju veze sa higijenskim uslovima. Naša sagovornica kaže da je delimično tačno, ali da nije pravilo:

- Nehigijenska naselja mogu biti rasadnici, ali vaške nisu izbirljive. Nastaniće se na bilo čijoj glavi, u čistoj i prljavoj kosi, dugačkoj ili kratkoj. Vaške se, zapravo, najviše razmnožavaju u kratkoj čistoj kosi jer se u njoj lakše kreću i lepe svoja ja-

jaška. Glavni simptom vašljivosti je - svrab. Pažljivim pregledom vlasišta mogu se otkriti sitna jajašca, se-defaste boje, veličine oko 1 mm, čvrsto prilepljena uz kosu tako da se lako razlikuju od peruti. Za

PODSETNIK

Iz gnjide se vaška izleže za nedelju dana, a posle dve nedelje se sama reprodukuje

razliku od peruti, gnjide "ne silaze" same sa glave, potrebno ih je jednu po jednu ukloniti.

Kako ih se rešiti?

Postupak čišćenja se sprovodi pranjem kose specijalnim šamponima, gelovima, losionima prema uputstvima proizvođača:

- Pranje se mora ponoviti u razmaku od 7-14 dana zavisno od preparata. Bez obzira na to koji je postupak korišćen, važno je da se uklone sve gnjide i to češljanjem gustim češljem.

Kada je potrebno sa svake vlasi ručno sklanjati gnjide, a sada su dostupni električni češljevi koji ih uništavaju. Ako se u porodici ili kolektivu otkrije da neko ima vaške, preporučuje se tretman svih članova porodice ili kolektiva, istovremeno.

Posle tretiranja glave svih ukučana trebalo bi da se opere sva posteljina, čebad, peškiri, češljevi i četke za kosu, odeća koja se oblači preko glave kao i kape. Odstranjivanje vaški je obiman posao, samo upornost je rešenje.

J.J.

Posle 12. godine bez nadzora

Psiholozi tvrde da je moment kada dete počne da ostaje samo kod kuće veoma važan jer im pomaže da izgrade samopouzdanje, osećaj odgovornosti i podstiču veštine snalaženja. Roditelji, međutim, nisu sigurni kada je pravo vreme za to. Da li to zavisi od svakog deteta ponaosob ili postoji neka univerzalna granica kada je dete i fizički i psihički sposobno da bude samo?

Stručnjaci tvrde da mnogo zavisi od deteta. Neka su spremna ranije neka kasnije, ali je preporuka da predškolci uvek budu pod nadzorom roditelja, školarci nekoliko sati mogu da budu sami, ali da je dete tek posle 12. godine sposobno da duže bude bez nadzora.

Roditeljski strahovi su opravdani, jer dete koje samo dolazi kući ima niz obaveza - da zaključa vrata, da samo jede, da bez panike reaguje u nepredviđenim situacijama. Savet stručnjaka je da počnete postepeno. Ukoliko dete iz nekog razloga odbija da ostane samo, nemojte insisitirati, već pokušajte da shvatite zbog čega se toga boji.

Kako ih naviknuti?

Kada mališani pristanu, počnite sa kratkim vremenskim periodima. Ostavite ih same dok odete u prodavnicu ili dok ne završite neke kraće obaveze. Vežbajući decu da ostaju sami u kući, vežbate njihovu samostalnost. Morate, međutim, biti sigurni da je dete spremno, morate ga naučiti sve o osnovnim pravilima sigurnosti, naviči ga da vam se javi i da vam priča šta, gde i sa kim radi. Osnovno je, tvrde psiholozi, uvesti naviku da vam se dete javi kada završi škola i da vas obavestava ukoliko eventualno želi samo da izade iz kuće dok niste tu. Dete koje ostaje samo mora da zna telefone roditelja ili onih



koje može da kontaktira ukoliko mu je nešto potrebno. Mora da zna da bude bezbedno u stanu (da zaključa vrata, da se ne naginje kroz prozore, da ugasi šporet ukoliko podgreva jelo, da ne pušta strance u kuću, da ne ulazi u kuću ukoliko primeti da su vrata otključana ili prozori polomljeni, kako treba da se ponaša u slučaju požara...).

Ne duže od pet sati

Pričajte sa detetom, pitajte ga da li se i zbog čega oseća neprijatno kada je samo, jer ukoliko nema komunikacije dete može da stvori bezrazložne strahove. Stručnjaci, takođe, savetuju da, bez ozbira koliko ste zauzeti, vreme koje dete provodi samo ne bi trebalo da bude duže od 5 časova, jer previše "samovanja" može da dovede do toga da dete pomisli kako je potpuno samostalno i kako ne mora da sluša roditeljske savete. Kao i u svemu, i ovde je potrebna ravnoteža, ali je važno da ništa ne bude na silu. Ako se dete plaši da bude samo kod kuće, potražite alternativno rešenje dok strah ne prestane.

Poklon

ISIDORA BJELICA



Pet čitalaca "Bilja i zdravlja" čije SMS poruke stignu u utorak 5. aprila 2016. godine od 13 do 14 časova dobiće na poklon po knjigu "Voleti i umreti na Karibima" Isidore Bjelice izdavačke kuće Laguna.

SMS poruka može da se šalje sa svih mreža. Ukucajte BZ(razmak)ime i prezime, adresu i pošaljite na broj 1055. Cena SMS poruke je 36 dinara sa PDV-om plus osnovna cena SMS. Imena dobitnika objavićemo u sledećem broju.

Ukratko o knjizi
Ovo je knjiga o Isidorinom prvom susretu sa Karibima. Zanimljive priče o krstarenju na Karibe, doživljaji na putovanju, susreti sa raznim ljudima... Knjiga koju je napisala 2006. o sebi, bolesti, strahu, kraju života... pre nego što se razbolela.

Laguna
www.laguna.rs