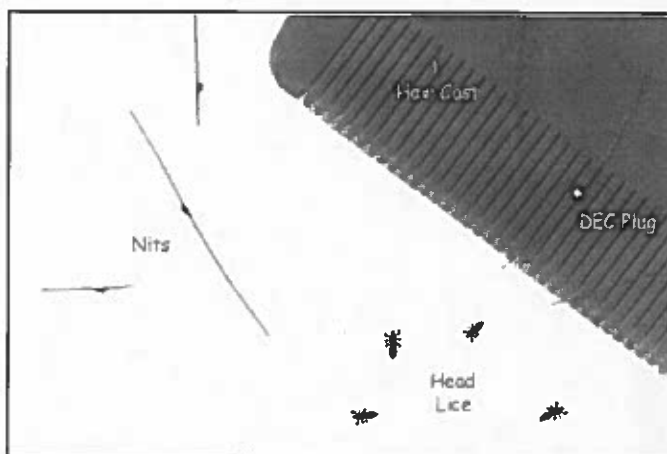


# 10 Steps To Help Keep Head Lice And Their Eggs Out Of Your Child's Hair

1. Watch for signs of head lice, such as frequent head scratching. Anyone can get head lice... mainly by head-to-head contact but also from sharing hats, brushes and headrests. Lice do not jump or fly.
2. Check all family members for lice and nits (lice eggs) at least once a week. Only those infested should be treated. Lice are reddish-brown wingless insects, nits are grayish-white, always oval shaped, and are glued at an angle to the side of the hair shaft.

3. Be sure not to confuse nits with hair debris such as bright irregularly shaped clumps of dandruff stuck to the hair shaft or elongated segments of dandruff encircling the hair shaft and easily dislodged. Lice treatment is inappropriate for hair debris.

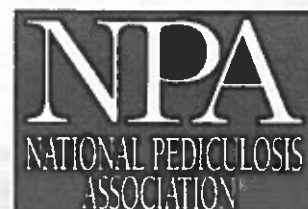


4. Consult your pharmacist or physician before applying or using lice treatment pesticides when the person involved is pregnant, nursing, has allergies, asthma, epilepsy, has pre-existing medical conditions, or has lice or nits in the eyebrows or eyelashes. Never use a pesticide on or near the eyes.

5. Remember, all lice-killing products are pesticides. If you choose to purchase an over-the-counter treatment, follow the directions carefully and use with caution. If the product fails, do not switch to other over-the-counter treatments or use any prescription products as a "last resort". This can be potentially harmful. Manual removal is the safe alternative and a necessary component to any head lice treatment regimen.
6. Follow package directions carefully. Use the product over the sink, not in the tub or shower. Always keep the eyes covered.
7. **Remove all nits.** This assures total lice treatment. Separate hair in sections and remove all attached nits with the NPA's LiceMeister® comb, baby safety scissors, or your fingernails.
8. Wash bedding and recently worn clothing in hot water and dry in a hot dryer. Combs and brushes may be soaked in hot water (not boiling) for 10 minutes.

9.  **Avoid lice sprays!** Vacuuming is the safest and best way to remove lice or fallen hairs with attached nits from upholstered furniture, rugs, stuffed animals and car seats.

10. Notify your child's school, camp, child care provider, neighborhood parents, or visit [HeadLice.Org](http://HeadLice.Org) to report a lice outbreak to the NPA. Check for lice on a regular basis. This is the best way to protect your family and community.



# 10 Pasos para adelantarnos a los Piojos

1. Esté atento a los signos de los piojos como la picazón frecuente. Todos podemos coger piojos... normalmente por el contacto entre las cabezas, pero también por compartir sombreros, cepillos y cojines. Los piojos no saltan ni vuelan.
2. Busca piojos y liendres (huevos de piojos) en todos los miembros de la familia al menos una vez a la semana. Sólo se deben tratar las personas infectadas. Los piojos son insectos marrón rojizo sin alas, y las liendres son grisáceos y tiene siempre una forma oval, y se pegan en ángulo a un lado del tallo del pelo.
3. Asegúrese de no confundir los liendres con la suciedad del pelo, como los cúmulos de caspa brillantes de forma irregular que se pegan al cabello o con los segmentos de caspa alargados que rodean al tallo y que se quitan con facilidad. El tratamiento de los piojos no es apropiado para la suciedad del pelo.
4. Consulte a su farmacéutico o médico antes de aplicarse o de usar pesticidas para el tratamiento de los piojos cuando la persona afectada esté embarazada, enferma, tenga alergias, asma, epilepsia, tenga un problema médico anterior o tenga piojos o liendres en cejas o pestañas. No use nunca un pesticida sobre los ojos o cerca de ellos.
5. Recuerde, todos los productos que acaban con los piojos son pesticidas. Si decide comprar un tratamiento sin receta, siga las instrucciones con cuidado y úselo con precaución. Si el producto falla, no cambie a otro sin receta ni use uno con receta como "último recurso". Eso puede ser dañino. Quitarlo manualmente es una alternativa segura y es un componente necesario para cualquier tratamiento contra los piojos.
6. Siga las instrucciones del envase con atención. Use el producto sobre el lavabo y no en la bañera o la ducha. Mantenga siempre los ojos cubiertos.
7. **Quite todas las liendres.** Esto garantiza un tratamiento total. Separe los cabellos en secciones y quite todas las liendres pegadas con el peine NPA's LiceMeister®, con las tijeras de seguridad para bebés o con sus uñas. Lave la ropa de cama y la que haya llevado recientemente en agua caliente y séquela en una secadora. Sumerja peines y cepillos en agua caliente (no hirviendo) durante 10 minutos.
8. Lave la ropa de cama y la que haya llevado recientemente en agua caliente y séquela en una secadora. (Compruebe antes las etiquetas de la ropa). Sumerja peines y cepillos en agua caliente (no hirviendo) durante 10 minutos.
9. **¡Evite los sprays anti piojos!** Aspirar con una aspiradora es la mejor forma y la más segura de quitar los piojos o los cabellos caídos con liendres de los muebles tapizados, telas, animales con pelo y asientos de coches.
10. Notifique en el colegio de su hijo, en el campamento, en su centro de cuidado, a los padres de su barrio o llame a la enfermería de la escuela para informar de una plaga de piojos. Busque piojos con asiduidad. Esta es la mejor manera de proteger a su familia y a su comunidad.