Human Services
People*first*

Ang Paggamot at Pagpigil ng Kuto

Habang nasa eskuwelahan ang mga bata marami sa mga pamilya ang magkakaroon ng kontak sa kuto. Ang impormasyon na kalakip dito ay matutulungan kayong gamutin at pigilin ang mga kuto.

Paghawa ng Kuto

May libu-libong taon nang nandidiyan ang mga kuto. Kahit sino ay maaaring magkakuto at kung bibigyan ng pagkakataon walang pinipili ang mga kuto sa paglipat sa mga ulo.

Maliliit lang ang mga kuto, walang pakpak at sumisipsip ng dugo. Ang kulay nito ay maaaring mangitim-ngitim o mamula-mulang itim. Nabubuhay lamang ang mga ito sa ulo ng mga tao. Madaling mamatay ang kuto kapag nahiwalay sa ulo, sa karaniwan sa loob ng 24 oras.

Mahahawa ang isang tao kapag **direktong napatabi sa buhok** ng isang taong mayroong kuto. Maaaring mangyari ito kapag naglalaro, nagyayakapan o magkatabi sa trabaho.

Walang mga pakpak o di-tumatalon ang mga kuto kaya hindi ito maaaring lumipad o tumalon sa isa't - isang ulo. Gumagapang lamang ang mga ito.

Ang Paghahanap ng mga Kuto

Maaaring hindi mangangati ang ulo na may kuto kaya **dapat ninyong maingat na hanapin** upang mahuli ang mga ito.

Makikita ang mga kuto sa mismong buhok at lumilipat ito sa anit upang kumain.

Anim ang paa nito na may kuko at bihirang mahulog mula sa ulo.

Nangingitlog ang kuto (tawag rin ay nits) sa loob ng 1.5 sentimetro ng anit at mahigpit ang kapit sa buhok. Mukha itong balakubak, nguni't hindi ito matatanggal sa pagsuklay.

Gumagapang ang mga ito at nakakatago. Ang pinakamaigi at mabisang pagtanggal ng mga ito ay ang pagsunod sa mga sumusunod na pamamaraan:

Hakbang 1 Maglagay ng kondisyoner sa **tuyo at sinuklay na buhok**. Sa ganoon mabibigla ang mga kuto at mahihirapan silang gumalaw-galaw o kumapit sa buhok.

Hakbang 2 Ngayon suklayin ng unti-unti ang buhok na gamit ang suyod, suklay sa kuto.

Hakbang 3 Ipunas ang suklay sa isang papel o tisyu.

Hakbang 4 Hanapan ang papel ng kuto o lisa.

Hakbang 5 Ulitin ang pagsuyod sa bawa't parte ng buhok ng di-kumulang sa 4 o 5 beses.

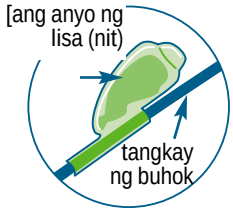
Kung mayroong nakitang lisa o kuto, dapat gamutin ang buhok ng bata.

Kung ang bata ay ginamot kamakailan lamang at napisa na ang nakitang lisa maaaring hindi na gamutin ito uli.

Ang mga Lisa (Itlog ng Kuto)

Maliliit lamang ang lisa ng kuto (kasing liit ng ulo ng ispili) at hugis itlog. Ang buhay na lisa ay puputok kapag ito ay pinisa sa pagitan ng dalawang kuko ng daliri.

Ang patay na lisa naman ay lukot at ang napisang lisa ay mukhang maliit na pinakulong itlog na hiniwa ang takip.



Upang mapaigi ang paggamot tanggalin lahat ang mga lisa.

Mga Suklay para sa mga Kuto

Napatunayan na pinakamainam ang suklay na may mahaba, bibilugin na di-kinakalawang na bakal na magkadikit-dikit ang mga ngipin, subali't ang mga ibang suyod ay maaari rin gamitin.

Ang Paggamot ng mga Kuto

Harapin ng lubusan ang ulo - walang ebidensiya na sinasabi na dapat linisin ang bahay o silid aralan.

Ang mga gamot para sa kuto ay dapat ipahid **sa buong buhok at anit**.

Walang gamot na maaaring patayin lahat ang mga lisa kaya ang paggamot ay dapat dalawang beses sa paggitan ng pitong araw

Ang layunin ng unang paggamot ay patayin lahat ang mga kuto, ang pangalawang paggamot naman ay upang mapatay ang mga lisang napisa sa loob ng anim na araw.

Takpan ang mga mata ng bata, halimbawa ng tuwalya, habang ginagamot ito.

Kung gumagamit ng losyon, ipahid ito sa tuyong buhok.

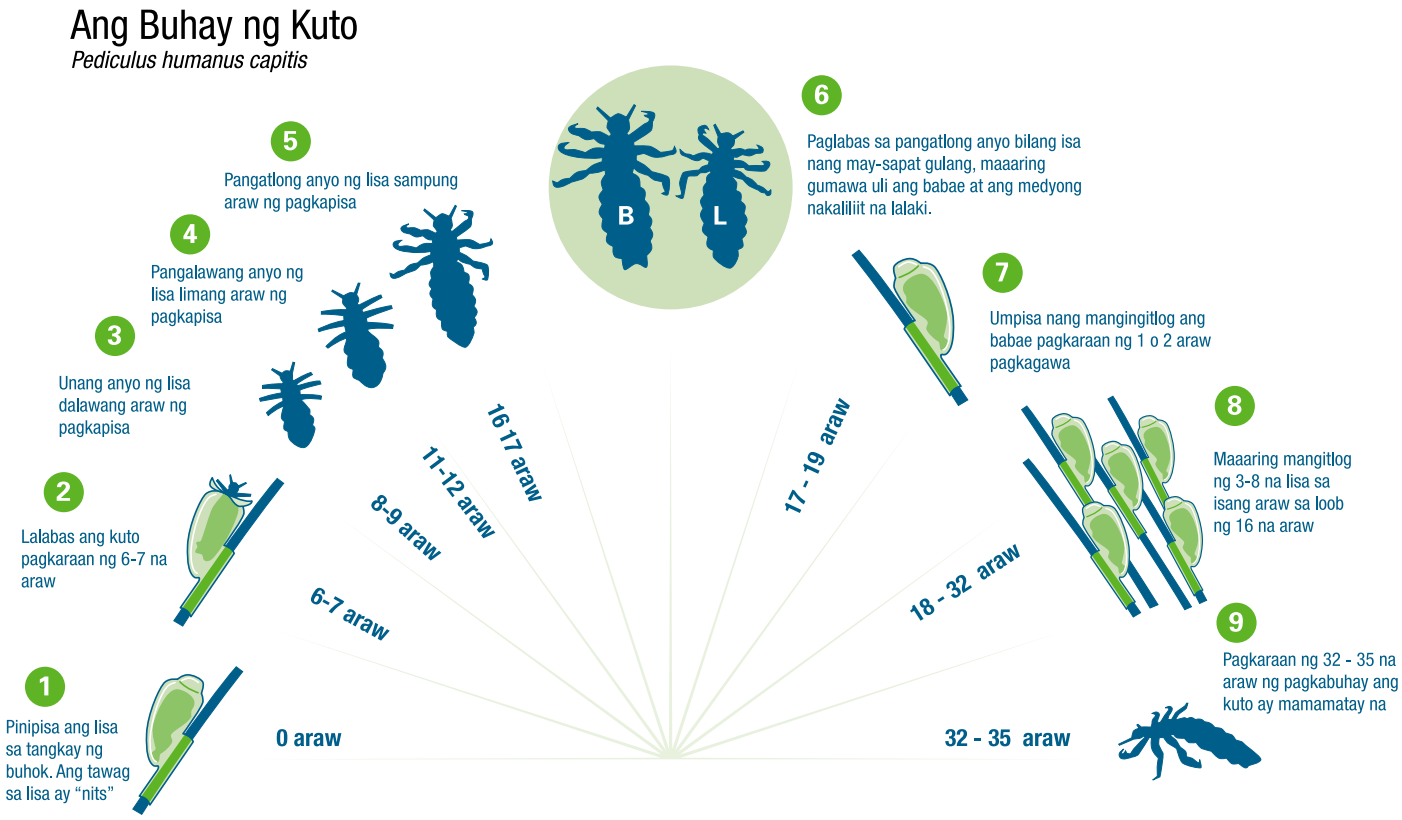
Para sa mga siyampu naman, basahin ang buhok, nguni't kaunting tubig lamang ang gamitin.

Ipahid ang gamot malapit sa anit, suklayin ang buhok mulang anit hanggang dulo. Ulitin ito ng maraming beses hanggang masakop ang buong buhok.

Kung pinili ninyo na huwag gumamit ng pampatay ng insekto, ang kondisyoner at ang pagsuyod ay maaaring gawin bawa't pangalawang araw hanggang sa walang nang makitang buhay na kuto sa loob ng sampung araw.

Hindi na kinakailangan na gamutin ang buong pamilya, maliban lang kung mayroon rin silang mga kuto.

Ang mga kumot lamang ang kinakailangan na espesyal ang paglaba; maaaring labhan ito sa mainit na tubig (di-bababa sa 60^{0}C) o gumamit ng dryer (pampatuyo ng damit).



Ang Pagsusubok sa Panlaban

Kasali ang mga produkto na panlaban sa kuto sa isa sa mga sumusunod na uri depende sa nilalamang timplada:

Pyrethrins

Synthetic pyrethroids (permethrin at bioallethrin)

Organophosphates (maldison o malathio)

Herbal, mayroon o walang natural (di-kemikal) na pyrethrins.

Pangkaraniwan ang di-tinatablan ng pamatay insekto, kaya dapat tingnan kung patay na ang mga kuto. Kung patay ang mga ito, gamutin uli pagkaraan ng pitong araw na gamit ang dating gamot. Kung hindi patay ang mga kuto, hindi umapekto ang gamot at ibig sabihin nito na di-tinatablan ang kuto ng gamot na ito at ng lahat ng produkto na pareho ang nilalaman na timplada. Hugasan ang produkto at gumamit ng ibang produkto na iba ang nilalaman na timplada. Kung umapekto ito, mamamatay ang kuto sa loob ng 20 minutos.

Alinman sa mga produktong panlaban sa kuto ay maaaring magkaroon ng epekto at dapat na mag-ingat sa paggamit ang mga kababaihan na buntis o nagpapasuso, mga sanggol na wala pang isang taon ang gulang at ang mga taong may alergik, asma (hika) o sugat sa anit. Kung hindi kayo sigurado, magtanong sa inyong doktor o botika.

Ang Pagpigil ng Kuto

Walang produktong makukuha upang mapigilan ang mga kuto. Ang paggamit ng kondisyoner at suyod minsan sa isang linggo ay makatutulong sa madaling pagtuklas ng kuto at mababawasan ang problema. Ang pagtali ng mahabang buhok ay makatutulong sa pagpiggil ng pagkalat ng kuto.

Mga Kautusan

Ayon sa Health (nakakahawang sakit) Regulations ang batang may kuto ay di-dapat papasukin sa eskuwelahan, sa day care o sa creche hangga't hindi nauumpisahan ang paggamot nito. Ang batang may kuto ay maaaring gamutin sa gabi at makakapasok sa eskuwelahan kinabukasan, kahit na mayroon pang mga lisa.

Karagdagang Impormasyon

Ang impormasyon sa polyetong ito ay batay sa pagsusuri na ginanap at sinulat ni Associate Professor Rick Speare at nang mga pangkat ng mga tagapagsuri sa, School of Public Health and Tropical Medicine, James Cook University. Ang kanilang website ay:

http://www.jcu.edu.au/school/phtm/PHTM/hlice/hlinfo1.htm

Nagkakaloob ng karagdagang impormasyon ang mga sumusunod na website:

http://www.dhs.vic.gov.au/phb/headlice/index.htm

Palabas ngVictorian Government Department of Human Services, Enero 2001 (0500101)