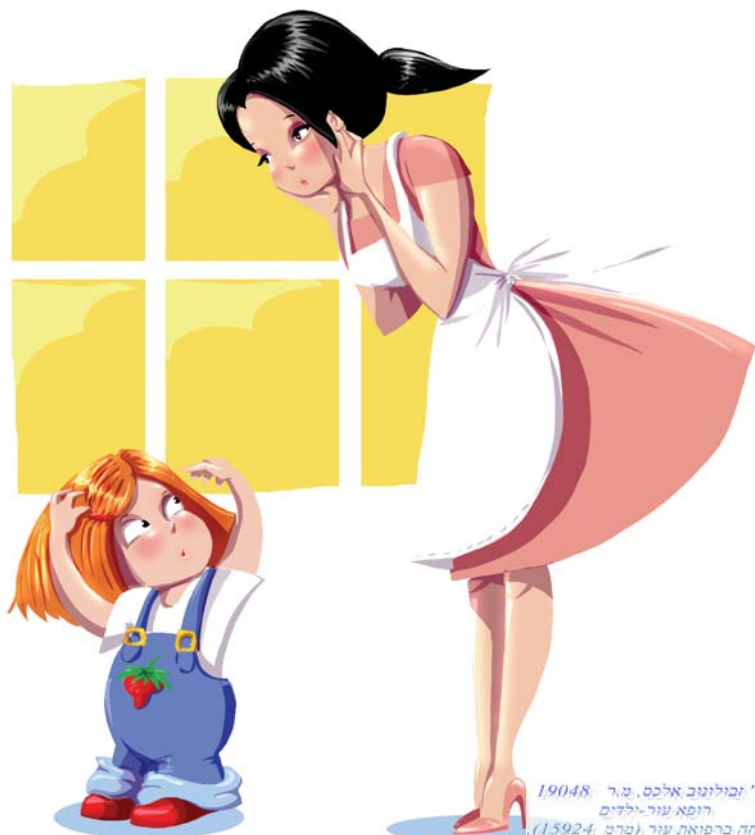


מדריך לטיפול בכינמת



ד"ר זבולונט אלכס, טר. 19048
רושא עור-ילדים

מוטקה ברמזאת עור (טרם 15924).

רפואת ילדים (טרם 11610).

טל: 050-4440189

3 מתוך 4 ילדים
יידבקו בכינמת,
בשלב זה או אחר
של חייהם



**”זיאמר יהוה אל משה אמר אל אהרון נטה את מטך
והך את עפר הארץ והיה לכנים בכל ארץ מצרים.
ויעשו כן ויט אהרון את ידו במטהו ויך את עפר
הארץ ותהי הכנים באדם ובבהמה...”**

שמות, פרק ח, פסוק 12-13

הכנים, כפי שניתן לראות בתנ"ך, מלוות את האדם כבר אלפי שנים, ונחשבו לצרה צרורה, מכת מצרים של ממש. מדובר בחרקים טפילים, שבחרו באדם (ללא הבדל גזע, צבע או מצב כלכלי) כפונדקאי שלהם, בדיוק כפי שקרציות ופרעושים בחרו בכלבים ובחתולים. אנחנו מהווים את ה'בית' שלהן, והדם שלנו הוא מקור המזון שלהן, ממנו הן שותות 4-5 פעמים ביום.

איך נראות הכנים?

כינת הראש היא חרק שגודלו כגרגר קטן של שומשום (כ-2 מ"מ), הניזונה מדם 4-5 פעמים ביום.

הכינה כמעט שקופה כאשר בוקעת, אך במהרה משנה את צבעה לאדום-חום עם ארוחת הדם הראשונה.

הכינה היא אחת מ'בנות הלוויה' העתיקות ביותר של האדם



למן הרגע בו הכינה בוקעת מהביצה, היא פעילה וניזונה מדמו של הילד. תוך 9-12 ימים היא הופכת לבוגרת, ומשלב זה היא מטילה מדי יום עד 10 ביצים קרוב מאד לעור הקרקפת.

בתנאי מחיה טובים (על ראש ילד בריא) משך החיים של
הכינים יכול להגיע עד 30 יום. ברגע בו ישנן יותר מדי
כינים על ראש ילד, נהיה להן 'צפוף', והן הולכות לחפש
בית גידול אחר.

כיצד נדבקים?

הכינים לא יודעות לקפוץ, לעוף או לשחות - אבל הן כן
מסוגלות ללכת, במהירות של כ-20 ס"מ לדקה. ברגע בו
מתרחש מפגש בין ראש לראש, כינים יכולות לעבור בקלות
מילד לילד.

כמו כן, הן יכולות פשוט 'לשבת' על מסרקים, מברשות
שיער, כובעים, או מיטות, ולחכות לילד מזדמן.
לא לזמן רב מדי: מחוץ לגוף האדם הכינה לא שורדת
יותר מ-2-3 ימים.

על ראשו של ילד שנדבק
בכינמת חיות בכל רגע נתון
כ-8-7 כינים בממוצע



הסימן המובהק של הדבקה בכינמת הוא הגרד. הגרד מתחיל מספר שבועות לאחר הדבקה ונובע מתגובת הגוף שלנו להפרשות הכינים.

- הגרד גורם לפציעת העור ומסייע לחדירת החיידקים. למעשה, כינמת הינה אחת הסיבות השכיחות ביותר לזיהומים מוגלתיים בעור הקרקפת והצוואר אצל ילדים.
- הגרד המטריד עלול לפגוע באיכות השינה של הילד ובכושר הריכוז שלו.
- חוסר היכולת של הילד להילחם בגירוד הבלתי נפסק עלול לגרום לו לתסכול מתמשך. הוא עלול להפוך לעצבני ורגזן. זו לא אשמתו: הגירוד פשוט משגע אותו!
- מעבר לכך, לתופעת ה'גירודים' עלולות להתלוות השלכות חברתיות ונפשיות לא נעימות.

“אמא, מגרד לי נורא!”



ילדים 'מגרדים' נחשפים לעיתים לתגובה לא אוהדת מצד הסביבה. מבחינת הילד - הוא חווה דחיה.

כאמור, חלק ניכר מהנזק הנגרם מכינמת הוא נפשי ורגשי, דווקא. ילדים המתגרדים בראש מעוררים תשומת לב וחדש מידי אצל הסובבים, שמא יש להם כינים. הדבר גורר לעיתים קרובות תגובות דחייה מצד הסביבה, במצבים שונים ובהזדמנויות שונות, במיוחד כשאתם לא נמצאים ליד הילד שלכם.

חשבו על עצמכם: האם הייתם נותנים לילדיכם לשחק עם ילדים שאתם יודעים שיש להם כינים? כנראה שהייתם חושבים פעמיים. וכך גם אחרים.

אם הילד שלכם נדבק בכינמת, ואינו מטופל מיידית, הוא עלול להיתקל בתגובות לא נעימות, שיגרמו לו מצוקה נפשית. ילדים, יותר ממבוגרים, מרגישים את זה - ורגישים לזה.

הכינמת עלולה ליצור גם אפקט ריגשי שלילי



הטיפול בכינמת: זמן איכות אמיתי

למרות הנטייה הטבעית 'להיגעל' ולהתעצבן מהכינים, תוכלו אתם, כהורים, במעט תשומת לב ובגישה סבלנית ואוהדת, לצמצם את המיטרד למינימום ולהפוך את הטיפול בילד לזמן איכות אמיתי.

המלצה: שתפו את הילד

אין צורך להפוך את נושא הכינים ל'סוד'. כולם, הרי, נדבקים, ואין זו בושה - אם מטפלים ובזמן. לכן מומלץ, בזמן הטיפול, להסביר כל שלב ולשלב לילד. לספר לו מה קורה, לשתף אותו באחריות, לתת לו תחושת שמאמינים בו, שבוטחים בו ומשתפים אותו. הילד יאהב את זה. גם אתם.

איך תדעו האם הילד נדבק בכינמת?

שיטת האבחון המהירה והיעילה ביותר היא על ידי סירוק השיער במסרק סמיך ("מסרק כינים"). מומלץ להרטיב את השיער לפני הסירוק, ולהניח מגבת או בד בהיר על הכתפיים סביב הצוואר של הילד, כדי להבחין בקלות בכינים הנושרות. האבחנה של כינמת הראש היא ודאית רק אם נמצאו כינים חיות בשיער - אך ביצים ריקות עשויות להישאר על השיער חודשים ארוכים. באופן מעשי ניתן להתייחס לביצה המרוחקת מעל 1 ס"מ מהקרקפת כביצה שכבר בקעה.

הפכו את הטיפול בכינים לתוויה בין הורים לילדים



את הטיפול בכינמת הראש ניתן לחלק לשלושה חלקים: השמדה מיידית של כינים חיות, טיפול חוזר בכינים שבקעו מהביצים שנותרו, ומניעה.

שלב ראשון:

השמדת הכינים וחלק מהביצים – ביום הראשון לטיפול.

קיימים בשוק קוטלי כינים רבים, המבוססים על חומרים פעילים שונים. חשוב לדעת שהכינים מפתחות עמידות לחומרים הכימיים אחרי השימוש בהם, ובמיוחד אלה המבוססים על Pyrethrin .

בכל טיפול שתבחרו, חשוב להמשיך לבדוק את שיער הילדים בעזרת מסרק כינים גם לאחר הטיפול. רק אם לא נמצאו כינים חיות, כעבור שבועיים, ניתן להכתיר את הטיפול כמוצלח.

במידה ונמצאו כינים חיות לאחר הטיפול - יש להיוועץ ברוקח, או ברופא, בכדי לבחור תכשיר ממשפחה אחרת של חומרים פעילים.

קיימים בשוק גם תכשירים טבעיים רבים המכילים שמנים צמחיים אשר הוכחו כיעילים בהשמדת הכינים (לקבלת פרטים – לחץ/י [כאן](#)).

הכינמת לא "תעבור מעצמה"
דחיית הטיפול רק יוצרת
החמרה ומקשה עוד יותר
על הטיפול.



שלב שני: טיפול חוזר בכינים שבקעו

בחלק מהתכשירים ממליצים היצרנים לחזור על הטיפול כעבור 5-7 ימים. עם זאת, כדי להשיג השפעה מירבית בטיפול חוזר בצעו אותו 7-10 ימים אחרי הטיפול הראשון. בשלב זה יבקעו שאר הביצים שלא מתו לאחר הטיפול הראשון, יהפכו לכינים (שעדיין לא הגיעו לבגרות!) וכך יושמדו בטיפול השני.



שלב שלישי: מניעת הדבקה

סירוק יומיומי של השיער במשך שבועיים מהווה חלק בלתי נפרד מהטיפול בכינמת. אם טיפול זה נעשה באופן עקבי ושיטתי (כל יום במשך 5 דקות לפחות), הוא עשוי למגר את הכינים גם ללא שימוש בתכשירים קוטלי כינים. כהורים, כאמור, תוכלו לראות בכך הזדמנות לזמן איכות עם הילדים, שנהנים מאוד מתשומת לב מפנקת כזו מצדכם (זוכרים כמה נעים כשחופפים לכם במספרה?).

יש לסרק קבוצות שיער קטנות לכל אורך השיער מהקרקפת ועד הקצה. מומלץ להפריד כל קבוצת שיער שסורקה, למשל על ידי תפיסתה בעזרת מהדק נייר או סיכת ראש. כאשר מתגלה במשפחה ילד עם כינמת הראש, יש לבדוק את שיער הראש של כל בני הבית, ורצוי על בסיס יומיומי. שימוש בשמנים דוחי כינים, כגון שמן רוזמרין עשוי להפחית את סיכון ההדבקה.

