conseilpharma.tn
VOTRE CONSEIL SANTÉ

FICHE CONSEIL N°14 · BÉBÉ & ENFANT

Mon enfant a des poux



Les poux n'ont rien à voir avec un manque d'hygiène : ils passent d'une tête à l'autre par contact. Un traitement **bien fait** et le **peigne fin** en viennent à bout.

1 – J'observe | 2 – J'agis | 3 – Je surveille | 4 – Recommandation de mon pharmacien

1 J'observe

a Il se **gratte la tête**, surtout derrière les oreilles et sur la nuque.

b Je cherche au **peigne fin sur cheveux mouillés**, mèche par mèche, à la lumière.

c Seuls des **poux vivants** confirment l'infestation : des lentes loin du cuir chevelu sont souvent vides.

Pou, lente ou pellicule ?

Pou	Petit insecte gris de 2 à 3 mm, qui bouge vite.
Lente	Œuf blanc collé au cheveu, ne part pas en soufflant.
Pellicule	Se détache facilement.

⚠ **Croûtes, suintement ou plaies du cuir chevelu, ganglions dans le cou :** je consulte un médecin **avant** tout traitement.

2 J'agis

Je traite
Produit anti-poux : notice et temps de pose respectés.

Peigne fin
Mèche par mèche, de la racine à la pointe.

Je retraite
2e application 7 à 10 jours après, selon la notice.

Toute la famille
J'examine chaque tête ; je traite ceux qui ont des poux.

Réussir le traitement

- J'applique le produit sur **toute la chevelure**, comme indiqué sur la notice.
- Après le temps de pose, je rince et je passe le **peigne fin**.
- Je repasse le peigne fin **tous les 2 à 3 jours pendant 2 semaines**.
- Je **préviens l'école** ou la crèche pour éviter les recontaminations.

À ne pas faire

✕ Pas de traitement « préventif » sans poux vivants.

✕ Pas d'huiles essentielles, de pétrole ni d'insecticide ménager.

✕ Inutile de désinfecter toute la maison.

Suite au verso : 3 – Je surveille et 4 – Recommandation de mon pharmacien →

3 Je surveille

Je contrôle au **peigne fin** pendant 2 semaines. Retrouver un pou n'est pas toujours un échec : je vérifie s'il est vivant.

VERT · Je surveille à la maison

- Plus de poux vivants après le 2e traitement.
- Moins de démangeaisons.
- Cuir chevelu sain.

→ **Contrôle chaque semaine.**

ORANGE · Je consulte dans la journée

- Poux vivants malgré **2 traitements** bien faits.
- Moins de 2 ans : avis avant tout produit (peigne fin d'abord).
- Démangeaisons très fortes, plaques.
- Grossesse ou allaitement (parent à traiter).

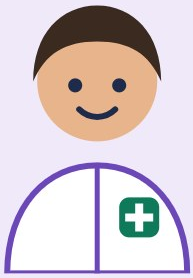
ROUGE · Je consulte en urgence

- Plaies du cuir chevelu qui **suintent**.
- Croûtes jaunes (impétigo).
- Ganglions gonflés et douloureux.
- Fièvre associée.

Mon calendrier anti-poux

Jour	Ce que je fais	Fait ✓	Poux vivants ?
J1 · 1er traitement + peigne fin			
J3 et J5 · peigne fin			
J7 à J10 · 2e traitement + peigne			
J12 et J14 · contrôle au peigne			

4 Recommandation de mon pharmacien



« Un peigne fin, de la patience… et pas de honte ! »

- Les produits à base de **diméticone** étouffent les poux, sans insecticide.
- **Cheveux longs attachés** à l'école pour limiter les contacts.
- Seuls bonnets, taies et draps récents : **lavage à chaud** ; inutile de traiter la maison.
- Pas besoin de **couper les cheveux**.
- Mon pharmacien m'aide à choisir **un produit adapté** à l'âge de l'enfant.

Numéros utiles en Tunisie

190 SAMU — urgence médicale

198 Protection civile

Mon médecin : _____

Ma pharmacie : _____

Sources

Assurance Maladie (ameli.fr), poux de tête · Santé.fr, « Comment venir à bout des poux de tête ? » · HUG Genève, fiche pédiculose · VIDAL, traitements antipoux. · Contre-vérification Vera Health, novembre 2026.

Relu et validé par : Rédaction ConseilPharma · Novembre 2026

Cette fiche informe et ne remplace pas l'avis d'un médecin.

Scannez : la fiche en ligne