

<b>English</b>	<b>Polish / Polski</b>
<p><b>Pubic lice</b></p> <p>Pubic lice, also known as crabs, are tiny insects (about 2mm long) that infest body hair. They're spread by close physical contact, including sexual contact.</p> <p>Pubic lice are not linked to poor personal hygiene.</p> <p><b>How do I get pubic lice?</b></p> <p>It can take up to three weeks after coming into contact with pubic lice before you notice any symptoms.</p> <p>They are spread through close body contact with someone who has them.</p> <p>The lice crawl from hair to hair but can't fly or jump. They need human blood to survive, so generally only leave the body to move from one person to another.</p>	<p><b>Wszawica łonowa</b></p> <p>Wszawica łonowa, znane również jako wszy łonowe, to małe owady (o długości około 2 mm), które atakują włosy na ciele. Rozprzestrzeniają się poprzez bliski kontakt fizyczny, w tym kontakt seksualny.</p> <p>Wszawica łonowa nie jest związane ze złą higieną osobistą.</p> <p><b>Jak można zarazić się wszawicą łonową</b></p> <p>Po kontakcie z wszami łonowymi może minąć do trzech tygodni, zanim pojawią się jakiegokolwiek objawy.</p> <p>Rozprzestrzeniają się poprzez bliski kontakt cielesny z kimś, kto je ma.</p> <p>Wszy pełzają od włosów do włosów, ale nie mogą latać ani skakać. Potrzebują ludzkiej krwi, aby przeżyć, więc generalnie opuszczają ciało tylko po to, aby przejść od jednej osoby do drugiej.</p>

Pubic lice don't live on other animals such as cats or dogs.

They're most commonly passed on during sexual contact and condoms won't prevent them from being passed to another person. It's also possible for pubic lice to be spread through sharing clothes, towels and bedding.

## Symptoms of pubic lice

The most common symptom of pubic lice is itchy red spots. The itching is caused by an allergy to the louse saliva or poo.

It can take one to three weeks for itching to develop after the first infestation, and it will usually be worse at night.

Adult pubic lice are tiny - smaller than a match head. They're grey-brown in colour and have six legs. The two pairs of back legs are much larger and look like the pincer claws of a crab. They use these to grasp onto your hair.

Pubic lice eggs are tiny, yellow-white ovals, which are stuck firmly to the base of your hairs.

Wszy łonowe nie żyją na innych zwierzętach, takich jak koty czy psy.

Najczęściej przenoszone są podczas kontaktów seksualnych, a prezerwatywy nie zapobiegają ich przekazaniu innej osobie.

Wszy łonowe mogą również rozprzestrzeniać się poprzez wspólne ubrania, ręczniki i pościel.

## Objawy wszawicy łonowej

Najczęstszym objawem wszawicy łonowej są swędzące czerwone plamy. Swędzenie jest spowodowane uczuleniem na ślinę lub kał wszy.

Może minąć od jednego do trzech tygodni, zanim swędzenie zacznie się rozwijać po pierwszym zakażeniu i zwykle będzie nasilać się w nocy.

Dorośle wszy łonowe są małe - mniejsze niż główka zapalniczki. Są szarobrazowe i mają sześć nóg. Dwie pary tylnych nóg są znacznie większe i wyglądają jak szczyptki kraba. Używają ich do chwytania włosów.

Jaja wesz łonowych to maleńkie, żółto-białe owale, mocno przylegające do nasady włosów.

You may also notice the following symptoms:

- Dark brown or black powder on your skin or in your underwear (this is louse droppings)
- Blue spots on your skin where the lice have infested, particularly on your thighs and lower stomach, caused by bites from the lice
- Specks of blood in your underwear, if you have been scratching a lot
- Nits (empty eggshells) that look like white oval dots attached to the base of your hairs

### Testing for pubic lice

If you think you have pubic lice, make an appointment with your GP or local sexual health services.

There is no test for lice, but you may see the lice crawling in your body hair and your GP or sexual health clinic will look for visible evidence of the lice.

Możesz również zauważyć następujące objawy:

- Ciemnobrązowy lub czarny proszek na skórze lub bieliźnie (to są odchody wszy)
- Niebieskie plamy na skórze w miejscu zaatakowania wszy, szczególnie na udach i podbrzuszu, spowodowane ukąszeniami wszy
- Plamki krwi w bieliźnie, jeśli dużo się drapałeś(drapałaś)
- Gnidy (puste skorupki jaj), które wyglądają jak białe owalne kropki przyklepione do podstawy włosów

### Testowanie wszawicy łonowej

Jeśli podejrzewasz, że masz wszy łonowe, umów się na wizytę u swojego lekarza rodzinnego lub w lokalnym ośrodku zdrowia seksualnego.

Nie ma testu na wszawicę łonową, ale możesz zobaczyć wszy pełzające we włosach na ciele, a Twój lekarz rodzinny lub klinika zdrowia seksualnego będą szukać widocznych śladów wszy.

Some sexual health clinics can find the lice and look at them under a microscope.

You can also buy treatment over the counter at your local pharmacist although they will not be able to diagnose the infestation.

### **Online appointment booking**

You may be able to book an appointment for an STI test online using the online booking system. This varies for different NHS board areas.

### **Treatment for pubic lice**

Pubic lice can be treated at home with (insecticidal) lotion or cream that will kill the lice. This will usually need to be applied once and repeated after seven days.

Everyone that you've had close body contact with should be treated at the same time. This includes current sexual partners and may include members of your household.

Some pubic lice can be resistant to treatment. Resistance means that the lice will not be affected by a particular treatment. If your

Niektóre kliniki zdrowia seksualnego mogą znaleźć wszy i obejrzeć je pod mikroskopem

Możesz również wykupić lekarstwo bez recepty u lokalnego farmaceuty, chociaż nie będą oni w stanie zdiagnozować infekcji

### **Internetowa rezerwacja wizyty**

Możesz umówić się na wizytę na badanie w kierunku chorób przenoszonych drogą płciową przez internet, korzystając z systemu rezerwacji internetowej. To zależy od obszaru w jakim znajduje się zarząd NHS.

### **Leczenie wszawicy łonowej**

Wszawice łonową można leczyć w domu balsamem (owadobójczym) lub kremem, który zabije wszy. Zwykle trzeba to zastosować raz i powtórzyć po siedmiu dniach.

Każdy, z kim miałeś bliski kontakt cielesny, powinien być leczony w tym samym czasie. Obejmuje to obecnych partnerów seksualnych i może obejmować członków rodziny.

symptoms don't settle, you may need to try more than one type of treatment. Your GP or sexual health clinic can advise you of suitable alternatives if your initial treatment doesn't appear to have worked.

Pubic lice can also live on the eyelashes or eyebrows. This is because the thickness of these hairs is similar to pubic hair meaning that the lice can successfully grip on. Treatment of lice in the eye area is usually different to elsewhere as certain insecticidal creams or lotions are not safe for use near the eye area. Lice here can be removed with tweezers or Vaseline can be used to suffocate the lice prior to removal.

### **Avoiding passing on pubic lice to partners**

If you or your partner has pubic lice, avoid having sex (vaginal, anal or oral) or close bodily contact until you both have finished the course of treatment, including any follow-up treatment.

This is to avoid re-infection or passing the infection on to someone else.

Niektóre wszy łonowe mogą być odporne na leczenie. Odporność oznacza, że określone leczenie nie wpłynie na wszy. Jeśli objawy nie ustąpią, może być konieczne wypróbowanie więcej niż jednego rodzaju leczenia. Twój lekarz rodzinny lub klinika zdrowia seksualnego może doradzić Ci odpowiednie alternatywy, jeśli wydaje się, że początkowe leczenie nie przyniosło efektów.

Wszy łonowe mogą również żyć na rzęsach lub brwiach. Dzieje się tak, ponieważ grubość tych włosów jest podobna do włosów łonowych, co oznacza, że wszy mogą z powodzeniem je chwytać. Leczenie wszawicy w okolicy oczu jest zwykle inne niż gdzie indziej, ponieważ niektóre kremy lub płyny owadobójcze nie są bezpieczne do stosowania w okolicy oczu. Wszy można tutaj usunąć pęsetą lub można użyć wazeliny do uduszenia wszy przed usunięciem.

### **Unikanie przekazywania wszawicy łonowej partnerom**

Jeśli Ty lub Twój partner cierpicie na wszy łonowe, unikajcie seksu (dopochwowego, analnego lub oralnego) i bliskiego kontaktu cielesnego do czasu zakończenia leczenia, w tym leczenia kontrolnego.

## Reducing the risk of pubic lice

Pubic lice are easily spread, and condoms don't protect against them.

The only thing that can reduce your risk of getting pubic lice is limiting the number of people with whom you have intimate or sexual contact.

## Other STI's

If you have pubic lice it's recommended you are tested for other STI's including:

- gonorrhoea
- chlamydia
- syphilis

## Find your local sexual health clinic

Ma to na celu uniknięcie ponownej infekcji lub przekazania infekcji innej osobie

## Zmniejszenie ryzyka zarażenia się wszawicą łonową

Wszy łonowe łatwo się rozprzestrzeniają, a prezerwatywy przed nimi nie chronią.

Jedyną rzeczą, która może zmniejszyć ryzyko zachorowania na wszawicę łonową, jest ograniczenie liczby osób, z którymi masz kontakt intymny lub seksualny.

## Inne choroby przenoszone drogą płciową

Jeżeli zdiagnozowano wszawicę łonową zaleca się przeprowadzenia testów na inne choroby przenoszone drogą płciową :

- Rzeżączki
- Syfilisu
- HIV

<p>Search for your nearest sexual health clinic through Scotland's Service Directory.</p>	<p><b>Znajdź lokalną klinikę zdrowia seksualnego</b></p> <p>Wyszukaj najbliższą klinikę zdrowia seksualnego w szkockim katalogu usług</p>
<p>For more information in Polish go to <a href="http://www.nhsinform.scot/translations/languages/polish">www.nhsinform.scot/translations/languages/polish</a></p>	<p>Więcej informacji na w języku polskim można znaleźć na stronie: <a href="http://www.nhsinform.scot/translations/languages/polish">www.nhsinform.scot/translations/languages/polish</a></p>