



Fachbereich Gesundheit, Team Hygiene und Umweltmedizin

## INFORMATIONSBLATT ZUR HAND-FUSS-MUND-KRANKHEIT

### **Was ist die Hand-Fuß-Mund-Krankheit?**

Die Hand-Fuß-Mund-Krankheit ist eine meist harmlose, allerdings sehr ansteckende und weltweit vorkommende Viruserkrankung.

### **Erreger**

Verursacher dieser Krankheit sind bestimmte Viren (z. B. Coxsackie-A-Viren, Enterovirus 71 und andere). Sie können neben der Hand-Fuß-Mund-Krankheit auch andere Erkrankungen auslösen, wie Sommergrippe oder Hirnhautentzündung.

### **Wie wird die Hand-Fuß-Mund-Krankheit übertragen?**

Die Übertragung der Viren erfolgt von Mensch zu Mensch durch direkten Kontakt mit Körperflüssigkeiten (Nasen- und Rachensekreten, Speichel, Sekreten aus Bläschen) oder durch fäkale-orale Übertragung (winzige Stuhlreste gelangen über die Hände in den Mund) und durch Kontakt mit virusbehafteten Oberflächen. Coxsackie-Infektionen treten gehäuft epidemisch in den Sommer- und Herbstmonaten auf.

**Zeit zwischen der Aufnahme des Erregers bis zum Erkrankungsbeginn** (Inkubationszeit)  
3-10 Tage (bis 30 Tage möglich).

### **Dauer der Ansteckungsfähigkeit**

Während der 1. Woche der Krankheit besteht eine sehr hohe Ansteckungsgefahr (besonders wenn die Bläschen sich öffnen). Die Viren können auch nach Abklingen der Symptome über mehrere Wochen über den Stuhl ausgeschieden werden, daher kann sehr lange eine Ansteckungsgefahr bestehen.

### **Wie äußert sich die Erkrankung (Symptome) / Krankheitsverlauf**

Die Erkrankung beginnt normalerweise mit Fieber, geringem Appetit und Halsschmerzen. Ein bis zwei Tage später bilden sich in der Mundhöhle Bläschen und kleine, schmerzhaftes Geschwüre (Aphten). Innerhalb von ein bis zwei Tagen bildet sich auf der Haut an Händen und Füßen ein nicht juckender roter Ausschlag (manchmal mit Blasenbildung, kann auch am Gesäß, im Genitalbereich, an den Knien oder Ellenbogen auftreten).

Die Krankheit dauert zwischen 7 und 10 Tagen. Viele Erkrankungen verlaufen unbemerkt ohne Beschwerden. Auch können die Viren noch für Wochen nach Ende der Erkrankung ausgeschieden werden.

### **Wann sollten Sie einen Arzt konsultieren?**

Es handelt sich um ein meist harmloses Krankheitsbild. Sie sollten eine/n Arzt/Ärztin aufsuchen, um andere Krankheiten mit ähnlichen Symptomen auszuschließen. Vor allem, wenn Ihr Kind hohes Fieber bekommt, unter Erbrechen, Kopfschmerzen, Krämpfen oder Bewusstseinsstrübung leidet oder wenn die Rachenmandeln mit eitrigen Pünktchen oder größeren Belegen bedeckt sind.

Auch bei anderen Symptomen wie Lähmungserscheinungen, Blasen- und Enddarmstörungen sollten Sie mit Ihrem Kind sofort eine/n Arzt/Ärztin aufsuchen. Alle genannten Symptome können einzeln oder in Kombination auftreten, sie können dramatisch oder schleichend verlaufen. Der Arzt wird feststellen, ob es sich eventuell um eine durch Coxsackie-Viren verursachte Hirn- oder Hirnhautentzündung handelt oder um eine bakterielle Erkrankung. Sehr selten kann die Coxsackie-A-Virusinfektion auch eine Herzmuskelentzündung hervorrufen.

### **Wie wird die Hand-Fuß-Mund-Krankheit behandelt (Therapie)?**

Prinzipiell ist die Hand-Fuß-Mund-Erkrankung eine harmlose, relativ rasch und selbständig abheilende Erkrankung. Eine besondere Therapie ist nicht erforderlich. Behandelt werden lediglich die Symptome. Falls Ihr Kind über schmerzende Bläschen im Mund klagt, kann man eine schmerzlindernde und entzündungshemmende Tinktur zum Auftupfen oder zum Spülen anwenden. Auch verschiedene Mittel auf pflanzlicher Basis (Kamille, Melisse, Thymian) können Linderung bringen. Achten Sie besonders darauf, dass Ihr Kind trotz der schmerzhaften Bläschen im Mund genügend trinkt, da sonst die Gefahr der Austrocknung besteht. Die Entscheidung über die Therapie, insbesondere bei Erkrankten mit Vorerkrankungen, trifft der/die behandelnde (Fach-) Arzt/Ärztin.

### **Wie kann ich mich vor einer Ansteckung schützen?**

- Eine Schutzimpfung gegen die Hand-Fuß-Mund-Krankheit steht nicht zur Verfügung.
- Das Infektionsrisiko kann durch gute Händehygiene reduziert werden: Regelmäßiges und sorgfältiges Händewaschen mit Seife, besonders nach dem Windelwechsel und nach dem Toilettengang, spielen eine entscheidende Rolle.
- Verschmutzte Oberflächen und Gegenstände (einschließlich Spielzeug und Türgriffe) müssen besonders gründlich nach Maßgabe des Hygieneplans der öffentlichen Einrichtungen gereinigt werden.
- Enger Kontakt mit Erkrankten sollte vermieden werden (Küssen, Umarmen, Besteck oder Tassen etc. teilen).
- Grundsätzliche Maßnahmen, um eine Übertragung zu vermeiden, gibt es leider nicht. Eine Ansteckung gerade durch Babys, Kleinkinder und unter Geschwistern ist schnell möglich.

### **Vorschriften des Infektionsschutzgesetzes (IfSG)**

#### **Meldepflicht:**

Nach dem IfSG besteht keine Meldepflicht für Patienten mit Hand-Fuß-Mund-Krankheit. Ausgenommen sind gehäufte Erkrankungsfälle in Gemeinschaftseinrichtungen (s. u.).

#### **Gemeinschaftseinrichtungen (z. B. Kindertagesstätte oder Schule):**

Es besteht kein generelles Besuchsverbot, durch das Fernbleiben von Erkrankten kann jedoch die Ansteckungsgefahr vermindert werden. Daher sollten Kinder mit akuten Symptomen der Hand-Fuß-Mund-Krankheit möglichst Gemeinschaftseinrichtungen nicht besuchen, weil von ihnen das höchste Übertragungsrisiko ausgeht. Nach klinischer Genesung und nach Abheilung (Eintrocknung) der Bläschen ist eine Wiedenzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen in der Regel ohne schriftliches ärztliches Attest möglich.

Maßnahmen, die Ausbrüche zeitnah zu beenden, gestalten sich schwierig:

- Ein Problem ist, dass oft viele Personen angesteckt sind, die keine Beschwerden haben, aber trotzdem ansteckend sind.
- Ein weiteres Problem ist, dass die Viren auch noch Wochen nach Ende der Erkrankung ausgeschieden werden können.
- Zudem können auch verschiedene Virusstämme während eines Ausbruchgeschehens vorhanden sein. Da man nur gegen den durchgemachten Stamm immun ist, kann man die Krankheit mehrmals hintereinander durchmachen.

### **Kontaktadressen Landkreis Heidekreis**

#### **Fachbereich Gesundheit**

**Dierkingstraße 19**

**29664 Walsrode**

Tel. 05162 970 91-10

Fax 05162 970 91-36

[gesundheitsamt@heidekreis.de](mailto:gesundheitsamt@heidekreis.de)