



Landkreis Pfaffenhofen an der Ilm Gesundheitsamt

Merkblatt

Hand-Fuß-Mund-Krankheit

Diese Erkrankung wird durch Viren, sogenannte Enteroviren, ausgelöst. und verläuft zumeist harmlos mit leichtem Fieber und flüchtigem Hautausschlag / Bläschen an den Händen, den Füßen, im Mund bzw. um den Mund herum.



Quelle: www.dermis.net

Wie kann man sich anstecken?

Der Bläscheninhalt, Speichel und Stuhl sind ansteckend. Übertragung erfolgt über:

- Schmierinfektion (über Hände, kontaminierte Lebensmittel und verunreinigte Oberflächen),
- Tröpfcheninfektion (Husten, Niesen)

Die Krankheit tritt gehäuft in den Sommer- und Herbstmonaten auf. Enges Zusammenleben mit anderen Menschen und ungenügende Hygiene fördern die Ausbreitung der Krankheit.

Wie verläuft die Erkrankung?

Die Inkubationszeit (Zeit von der Ansteckung bis zum Auftreten der ersten Erkrankungszeichen) beträgt drei bis sechs Tage. Das Erkrankungsgeschehen dauert zwischen ein und zwei Wochen an. Es kann mit allgemeinen Krankheitszeichen wie Benommenheit, Schwindel, Fieber, Gliederschmerzen, Übelkeit, Bindehautentzündung und Halsschmerzen beginnen. Später stellt man die typischen Veränderungen an den Händen und Füßen in Form von rötlichen Flecken und später weiß-grauen Bläschen fest. Im Mund finden sich flüssigkeitsgefüllte Bläschen und kleine, schmerzhaft Geschwüre (Apften). Meist treten die charakteristischen Hautschäden zuerst im Gesicht auf, besonders um den Mund und die Nase.

Bei Erwachsenen und älteren Kindern verläuft die Erkrankung meist harmlos oder sogar ganz unbemerkt.

Folgende **Komplikationen** können auftreten:

- Herzmuskel-, Lungen- oder Hirnhautentzündung mit den dafür typischen Symptomen, wie Herzschmerzen mit Rhythmusstörungen, Lichtempfindlichkeit, Kopf- und Nackensteife

Stand: Juni 2010

Bei Kleinkindern findet man die Komplikationen häufiger. Ein Arzt sollte aufgesucht werden, um andere Krankheiten mit ähnlichen Symptomen auszuschließen. Vor allem, wenn das Kind hohes Fieber bekommt, unter Erbrechen, Kopfschmerzen, Krämpfen oder Bewusstseinstörung leidet oder die Rachenmandeln mit eitrigen Pünktchen oder größeren Belägen bedeckt sind.

Wie diagnostiziert man die Erkrankung?

In der Praxis wird man sich an den oben genannten Symptomen orientieren und auch daran, ob bei Kontaktpersonen ähnliche Krankheitszeichen bemerkt wurden. Eine labordiagnostische Sicherung kann durch die Isolierung des Virus (Rachenabstrich, Stuhlprobe in der Anfangsphase des Erkrankungsgeschehens, Gehirn-Rückenmarks-Flüssigkeit bei eingetretenen Komplikationen) erfolgen.

Wie kann man die Krankheit behandeln?

Es gibt bisher noch keine Medikamente, die wirksam gegen das Virus sind. Da die Hand-Fuß-Mund-Erkrankung normalerweise eine harmlose und relativ rasch abheilende Erkrankung ist, ist eine spezifische Therapie nicht erforderlich. Falls die Kinder über schmerzende Bläschen im Mund klagen, kann eine entsprechende schmerzlindernde und entzündungshemmende Tinktur zum Auftupfen oder zum Spülen helfen. Auch verschiedene Mittel auf pflanzlicher Basis (Kamille, Melisse, Thymian) können Linderung bringen. Zu achten ist darauf, dass Kinder trotz der schmerzhaften Bläschen im Mund genügend trinken, da sonst die Gefahr der Austrocknung besteht.

Bei schwerem Verlauf mit z.B. großflächiger Entzündung der Mundhöhle können Antibiotika gegen die Entzündung sinnvoll sein.

Kann man die Ansteckung / Weiterverbreitung vermeiden?

Zur Prophylaxe eignet sich die Einhaltung von Hygienemaßnahmen. Das bedeutet insbesondere:

- Krankheit zu Hause auskurieren,
- Gemeinschaftseinrichtung (Schule / Kindergarten etc.) informieren,
- in Gemeinschaftseinrichtung Aushang zur Information der „Kontaktpersonen“ aushängen,
- peinliche Körperhygiene mit häufigem Händewaschen, Hände vom Gesicht fernhalten,
- Händehygiene bei der Nahrungszubereitung und der Nahrungsaufnahme beachten,
- Räume regelmäßig lüften,
- keine Planschbecken benutzen (Weiterverbreitung über das Wasser ist möglich) bzw. Planschbeckenhygiene beachten (tägl. Wechsel des Wassers ggf. öfter)
- Eine tägliche und bedarfsorientierte Desinfektion (viruzide Mittel) der Sanitäranlagen und der kleinen Hand-Kontaktflächen (z. B. Lichtschalter, Türklinken, Handläufe...) wird in Gemeinschaftseinrichtungen bei einem Ausbruchsgeschehen empfohlen.