



Hand-Fuß-Mund-Krankheit

Häufig gestellte Fragen:

Wer ist von der Hand-Fuß-Mund-Krankheit betroffen?

Betroffen sind vor allem Kleinkinder und Kindergartenkinder. Bei Kindern über 10 Jahren bzw. Erwachsenen tritt die Krankheit deutlich seltener auf.

Ist die Hand-Fuß-Mund-Krankheit für Erwachsene ansteckend?

Auch Erwachsene können sich mit der Hand-Fuß-Mund-Krankheit anstecken, wenn sie gegen den aktuellen Erreger in ihrem Leben bisher keine Immunität erworben haben. Allgemein gilt, dass die Schwere des Krankheitsverlaufes, aber auch die Wahrscheinlichkeit sich zu infizieren, mit steigendem Alter abnimmt.

Wie wird die Krankheit übertragen?

Die Hand-Fuß-Mund-Krankheit ist eine Viruserkrankung die von verschiedenen sog. Enteroviren ausgelöst wird. Eine Übertragung durch Tröpfchen (Speichel) oder Stuhl (z.B. beim Windeln) ist möglich. Auch durch kontaminierte Oberflächen wie Spielzeug oder Türklinken kann das Virus verbreitet werden. Das Virus ist hochansteckend, so dass sich Geschwisterkinder oder Kinder in einer KITA-Gruppe schnell anstecken können.

Wie ist der Krankheitsverlauf?

Nach einer Inkubationszeit von 2 bis 10 Tagen beginnt die Krankheit normalerweise mit Fieber, geringem Appetit und Halsschmerzen. 1 bis 2 Tage nach Fieberbeginn entwickeln sich in der Regel schmerzhafte Exantheme in der Mundschleimhaut. Sie erscheinen als kleine rote Flecken, die Bläschen vor allem auf der Zunge, am Zahnfleisch und der Mundschleimhaut bilden.

Ein nicht juckender Hautausschlag mit leicht erhöhten roten Flecken, manchmal mit Blasenbildung findet sich an den Handflächen und Fußsohlen ggf. auch an anderen Körperstellen. Die Blasen heilen im Mittel zwischen 2 und 12 Tagen ab. In seltenen schweren Verlaufsformen ist insbesondere das Schlucken und die Nahrungsaufnahme erschwert. Hier ist besonders auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme zu achten.

Kann die Hand-Fuß-Mund-Krankheit auch gefährlich werden?

Wegen der Schmerzen im Mund können sich Kinder weigern Nahrung aufzunehmen oder auch zu trinken, letzteres führt unbehandelt zu einer Austrocknung (Dehydrierung). Insbesondere bei Säuglingen und Kleinkindern ist hierauf zu achten und unbedingt Rücksprache mit dem Kinderarzt zu halten.

In der Schwangerschaft können Infektionen mit Enteroviren, die insgesamt sehr häufig vorkommen, milde Symptome verursachen oder asymptomatisch verlaufen.

Muss ein Kinderarzt aufgesucht werden?

Ja, denn nur ein Arzt kann die richtige Diagnose stellen.

Besonders bei Fieber oder Schmerzen ist der fachliche Rat des Kinderarztes einzuholen, insbesondere dann, wenn das Kind nicht ausreichend trinkt.

Wie lange dauert die Hand-Fuß-Mund-Krankheit?

Je nach Verlauf dauert die Krankheit etwa 7 bis 14 Tage. Die Verläufe sind jedoch nach Alter des Kindes und nach Art des auslösenden Virus sehr unterschiedlich.

Was können Eltern tun um ihrem kranken Kind zu helfen?

Nach Rücksprache mit dem Kinderarzt können fiebersenkende Mittel wie Wadenwickel oder ggf. auch Paracetamol-Präparate eingesetzt werden. Letztere sind auch gegen Schmerzen wirksam.

Wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr insbesondere in Form von Wasser oder Tee, der allenfalls lauwarm oder auch gekühlt verabreicht werden sollte. Fruchtsäfte und Obstsorten sind wegen der Fruchtsäure eher zu meiden.

Falls das Essen und das Schlucken schwer fällt sind möglichst lauwarme Suppen, Pürees oder Pudding anzubieten.

Ebenfalls hilfreich ist Wassereis, insbesondere wegen der kühlenden Wirkung im Mund.

An wen können sich Eltern wenden?

Der erste Ansprechpartner ist der Kinderarzt bzw. der Hausarzt. Auch das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen beratend zur Seite.