

# Hand-Fuss-Mund- Krankheit

## Was ist die Hand-Fuss-Mund-Krankheit?

Die Hand-Fuss-Mund-Krankheit ist eine ansteckende, weitverbreitete und meist harmlose Viruserkrankung. Sie betrifft vorwiegend Kinder unter 10 Jahren, kann aber auch bei Erwachsenen auftreten.

Die Krankheit wird durch Coxsackie A-Viren übertragen. Andere Coxsackie-Viren können auch andere Erkrankungen auslösen, wie Herpangina (Erkrankung der Mundschleimhaut), Sommergrippe oder Hirnhautentzündung.

Die Ansteckung erfolgt von Mensch zu Mensch durch Kontakt mit Körperflüssigkeiten (Nasensekret, Speichel, Sekret aus Bläschen) oder Stuhl. Die Ansteckungsgefahr ist während der ersten Woche der Erkrankung besonders hoch. Die Viren können über mehrere Wochen im Stuhl ausgeschieden werden, daher können die Betroffenen sehr lange ansteckend sein.

Die Hand-Fuss-Mund-Krankheit kommt ganzjährig vor, eine besondere Häufung tritt jedoch im Spätsommer und Herbst auf.

## Wie äussert sich die Hand-Fuss-Mund-Krankheit?



Zwischen der Ansteckung und dem Erkrankungsbeginn liegen meist 3-10 Tage. Die Mehrzahl der Infizierten (>80%) haben keine Beschwerden. Zu Beginn haben die Kinder Fieber, Appetitlosigkeit und Halsschmerzen, gefolgt von einem Ausschlag mit kleinen, roten Flecken und Bläschen an den Hand- und Fusssohlen, um den Mund herum oder auch am Gesäss, im Genitalbereich, an den Knien oder Ellenbogen. In der Mundschleimhaut (Zahnfleisch, Zunge, Rachen, Gaumen, Innenseiten der Wangen) können sich schmerzhaft Apften bilden.



Der Arzt oder die Ärztin kann die Diagnose aufgrund der sichtbaren Symptome stellen. Es sind daher keine weiteren diagnostischen Untersuchungen nötig.



Im Verlauf schält sich die Haut an den Händen und Füßen. Eine seltene Nachwirkung ist das Abfallen und neue Nachwachsen von Finger- und Zehennägeln ca. vier Wochen nach der Infektion.

Die Krankheit verläuft in der Regel mild und die Symptome klingen innerhalb von 7-10 Tagen wieder ab.

## **Wie wird eine Hand-Fuss-Mund-Krankheit behandelt?**

Prinzipiell ist die Hand-Fuss-Mund-Krankheit eine harmlose, relativ rasch und selbständig abheilende Virus-Erkrankung. Die Therapie beschränkt sich auf schmerzlindernde und fiebersenkende Massnahmen. Falls Ihr Kind über schmerzende Bläschen im Mund klagt, hohes Fieber hat oder weniger trinkt als sonst, empfehlen wir eine regelmässige Gabe von schmerzlindernden und fiebersenkenden Medikamenten.

Achten Sie besonders darauf, dass Ihr Kind trotz der schmerzhaften Bläschen im Mund genügend trinkt, da sonst die Gefahr der Austrocknung besteht.

## **Wann sollten Sie mit Ihrem Kind einen Arzt aufsuchen?**

Eine notfallmässige ärztliche Vorstellung ist bei normalem Verlauf nicht notwendig. Eine ärztliche Untersuchung ist bei ausgeprägter Trinkschwäche, Erbrechen, Kopfschmerzen, Krämpfen, Lähmungserscheinungen oder Bewusstseinsstrübung angezeigt.

## **Wie kann man der Hand-Fuss-Mund-Krankheit vorbeugen?**

Es handelt sich um ein harmloses Krankheitsbild. Das Infektionsrisiko kann durch gute Händehygiene reduziert werden, besonders nach dem Windelwechsel und nach dem Toilettengang. Ferner sollten Erkrankte nicht geküsst werden. Eine Weiterverbreitung kann in einer Kindertagesstätte, im Kindergarten oder in der Schule nicht durch Quarantäne vermieden werden. Die Viren zirkulieren erst dann nicht mehr, wenn alle Kinder ausreichend immun geworden sind für ihr weiteres Leben. Weil es mehrere Virustypen gibt, die zur Hand-Fuss-Mund-Krankheit führen, kann man auch mehrmals erkranken.

## **Wann dürfen die Kinder in die Kindertagesstätte, in den Kindergarten oder in die Schule zurückkehren?**

Es handelt sich um ein harmloses Krankheitsbild, entsprechend gibt es keinen offiziellen Ausschluss für den Besuch von KiTa, Kindergärten und Schulen. Erkrankte Kinder dürfen zurückkehren, wenn sie fieberfrei sind, einen guten Allgemeinzustand aufweisen und normal trinken können.



UNIVERSITÄTS-  
**KINDERSPITAL**  
**ZÜRICH**

**Das Spital der**  
*Eleonorenstiftung*

Universitäts-Kinderspital Zürich  
Lenggstrasse 30  
CH-8008 Zürich

[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)  
Telefon +41 44 249 49 49