



Kinder- und Jugendarztpraxis  
Dr. Andrea Seiler  
Dr. Jasmin Pletl-Maar  
Dr. Hajni Gabriele Graf  
Neumühle 2  
91056 Erlangen

## Elternmerkblatt

### Hand-Fuß-Mund-Krankheit

#### Krankheitsbild

Die Hand-Fuß-Mund-Krankheit ist eine sehr verbreitete Infektionskrankheit, die vorwiegend durch Enteroviren (Coxsackieviren) verursacht wird.

In den meisten Fällen verläuft die Erkrankung harmlos. Sie betrifft vorwiegend Kinder unter zehn Jahren, kann aber auch bei Erwachsenen auftreten. Die Krankheit beginnt normalerweise mit Fieber, geringem Appetit und Halsschmerzen. Ein bis zwei Tage nach Fieberbeginn entwickeln sich häufig an der Zunge, dem Zahnfleisch und der Mundschleimhaut schmerzhafte kleine rote Flecken zum Teil mit einer Bläschenbildung. Hinzu kommt ein nicht juckender Hautausschlag, der sich innerhalb von 1 bis 2 Tagen bilden kann.

Dieser zeigt sich durch ebene oder erhöhte rote Flecken, manchmal mit Blasenbildung. Meist sind die Handflächen und Fußsohlen betroffen. Der Ausschlag kann jedoch auch am Gesäß, im Genitalbereich, an den Knien oder Ellenbogen auftreten. Die Krankheit verläuft normalerweise mild. Fast alle Patienten erholen sich innerhalb von 7 bis 10 Tagen ohne ärztliche Behandlung.

#### Übertragung

Eine Übertragung erfolgt von Mensch zu Mensch durch direkten Kontakt mit Körperflüssigkeiten (Nasen- und Rachensekreten, Speichel, Sekreten aus Bläschen) oder Stuhl und durch Kontakt mit virusbehafteten Oberflächen. Eine Übertragung durch die Hände spielt hier eine wesentliche Rolle. Die Erreger können auch von gesunden Menschen (Virussträger) bzw. durch symptomlose Erkrankte ausgeschieden werden.

Der Anteil der beschwerdefreien infizierten Personen ist sehr hoch.

#### Inkubationszeit

Die Zeit zwischen Ansteckung und Beginn der Krankheit (Inkubationszeit) liegt bei ca. 3 bis 35 Tagen.

#### Dauer der Ansteckungsfähigkeit

Während der ersten Woche der Krankheit ist die Ansteckungsgefahr sehr hoch (insbesondere bei einer Bläschenbildung). Die Viren können nach dem Abklingen der Beschwerden über mehrere Wochen auch im Stuhl weiter ausgeschieden werden.

Daher können die Erkrankten sehr lange ansteckend sein.

#### Maßnahmen für Erkrankte und Kontaktpersonen

Die Hand-Fuß-Mund-Erkrankung ist eine harmlose, relativ rasch und selbstständig abheilende Erkrankung. Eine spezifische Therapie ist nicht erforderlich. Sie beschränkt sich lediglich auf die Symptome. Die Ansteckungsgefahr kann durch eine gute Händehygiene reduziert werden: Regelmäßiges und sorgfältiges Händewaschen mit Flüssigseife spielt eine entscheidende Rolle. Enger Kontakt mit Erkrankten sollte vermieden werden (Küssen, Umarmen, Besteck oder Tassen etc. teilen).

#### Impfung

Es gibt keine Impfung.

#### Wiedenzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen für Kinder nach Krankheit

Ein ärztliches Attest für die Wiedenzulassung zu Gemeinschaftseinrichtungen ist nicht erforderlich.

#### Wiedenzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen für Kontaktpersonen

Es gibt keine Einschränkungen für Kontaktpersonen.

#### Meldepflicht

Es besteht keine Meldepflicht für Einzelerkrankungen.