

Hand-Fuß-Mund-Krankheit

Die Hand-Fuß-Mund-Krankheit tritt am häufigsten im Säuglings- und Kleinkindalter auf, es können aber auch Jugendliche und Erwachsene erkranken.

Sie äußert sich durch Fieber, Schmerzen in Mund und Hals und einen Hautausschlag.

Krankheitssymptome:

Die Erkrankung beginnt nach einer Inkubationszeit von drei bis zehn Tagen gewöhnlich mit einem leichten Fieber, Appetitlosigkeit, Unwohlsein und oft mit Halsschmerzen. Ein bis zwei Tage nach Fieberbeginn können schmerzhafte Stellen im Mund auftreten. Diese beginnen als kleine rote Flecken, vor allem an Zahnfleisch und Zunge, die sich zu Bläschen und oft zu kleinen schmerzhaften Geschwüren (Aphthen) entwickeln.

Ein Hautausschlag an Handflächen und Fußsohlen entwickelt sich innerhalb von ein bis zwei Tagen mit flachen oder erhabenen roten Flecken, die später in weißgraue Bläschen übergehen. Manchmal treten auch nur die wunden Stellen im Mund oder nur der Hautausschlag auf.

Häufig haben infizierte Kinder und Erwachsene auch überhaupt keine Beschwerden, können das Virus aber dennoch weiterverbreiten.

Krankheitsdauer:

Die Krankheitsdauer beträgt normalerweise zwischen fünf und sieben Tagen. Die Krankheit verläuft in der Regel mild, Komplikationen sind selten.

Arztbesuch:

Bei Auftreten der Symptome sollten Sie einen Arzt aufsuchen, um eine andere Krankheit bei Ihrem Kind auszuschließen. Dies gilt besonders dann, wenn Ihr Kind hohes Fieber entwickelt, unter Erbrechen, Kopfschmerzen und Krämpfen oder Bewusstseinsstörungen leidet. Auch bei anderen Symptomen wie Lähmungserscheinungen oder Störungen der Blasen- und Enddarmfunktion wie zum Beispiel Inkontinenz sollten Sie mit Ihrem Kind sofort einen Arzt aufsuchen.

Behandlung:

Nur die Symptome der Erkrankung wie Juckreiz und Fieber können behandelt werden. Eine spezifische Behandlung der Krankheitsursache gibt es nicht. Die schmerzhaften Bläschen im Mund können durch eine schmerzlindernde Tinktur zum Auftupfen oder Spülen therapiert werden. Ihr Kinderarzt berät Sie hier gerne.

Wichtig ist, dass erkrankte Kinder ausreichend viel trinken, um die Gefahr eines Flüssigkeitsmangels gering zu halten.

Prinzipiell ist die Hand-Fuß-Mund-Krankheit aber eine harmlose, relativ rasch und selbstständig abheilende Erkrankung.

Krankheitsübertragung:

Verursacht wird die Erkrankung häufig durch die zu den Enteroviren gehörenden Coxsackie-A-Viren, aber auch andere Enteroviren können die Krankheit auslösen.

Die Krankheitserreger besiedeln den Magen-Darm-Trakt. Sie werden meist über eine Schmierinfektion übertragen. Auch die Flüssigkeit aus den Bläschen des Ausschlags ist hochansteckend. Unzureichend gewaschene Hände nach dem Toilettengang spielen für die Weiterverbreitung eine wichtige Rolle. Die Verunreinigung von Nahrungsmitteln, Trinkwasser oder Gegenständen (Türgriffe, Treppengeländer) durch die Hände ist möglich. Durch Husten und Niesen kann es auch zu einer Tröpfcheninfektion kommen. Enges Zusammenleben und unzureichende Hygiene fördern die Übertragung der Erkrankung.

Wichtig ist das ausreichende Händewaschen mit Wasser und Seife.

Vorbeugung:

Wichtigste Maßnahme zur Vorbeugung der Krankheitsübertragung ist die Beachtung der persönlichen Hygiene. Die Hände sollten, vor allem nach dem Toilettengang oder dem Wechseln von Windeln und vor dem Zubereiten von Lebensmitteln, mit Wasser und ausreichend Seife gewaschen werden. In Gemeinschaftseinrichtungen muss auch die Verwendung von Einmalhandtüchern sichergestellt werden. Rohe Lebensmittel sollten vor dem Verzehr gewaschen werden.

Eine Impfung gegen die Hand-Fuß-Mund-Krankheit existiert nicht. Die Infektion bzw. Erkrankung im Zusammenhang mit der Hand-Fuß-Mund-Krankheit führt zu einer Immunität gegenüber einer erneuten Erkrankung durch das ursächliche Enterovirus. Da die Krankheit durch verschiedene Enteroviren verursacht werden kann, kann es aber zu einem erneuten Auftreten der Hand-Fuß-Mund-Krankheit durch ein anderes Enterovirus zu einem späteren Zeitpunkt kommen.

Da Enteroviren insgesamt sehr verbreitet sind, sind Schwangere besonders während der Sommer- und Herbstmonate diesen regelmäßig ausgesetzt. Die meisten Enterovirusinfektionen während der Schwangerschaft verursachen milde Symptome oder verlaufen asymptomatisch. Evidenzbasierte Hinweise auf schwere Komplikationen durch Enterovirusinfektionen in der Schwangerschaft sind sehr selten. Jedoch können Schwangere, die um den Geburtstermin herum Symptome einer Enterovirusinfektion aufweisen, das Virus auf das Neugeborene übertragen. Die meisten Neugeborenen zeigen einen milden Krankheitsverlauf. In sehr seltenen Fällen kann sich eine systemische Infektion etablieren bzw. die Infektion lebenswichtiger Organe zu bedrohlichen Krankheitsverläufen führen. Dieses Risiko ist bei Neugeborenen in den ersten beiden Lebenswochen am höchsten.

Besuch von Gemeinschaftseinrichtungen:

Die höchste Ansteckungsgefahr besteht während der ersten Erkrankungswoche. In diesem Zeitraum wird von einem Besuch des Kindergartens oder der Schule abgeraten. Die Ansteckungsgefahr sinkt erst mit dem Trocknen der Bläschen.

Nach Abklingen der Krankheitszeichen können die Viren jedoch noch Wochenlang über den Stuhl ausgeschieden und weiterverbreitet werden, weshalb weiter auf eine gute Hygiene geachtet werden sollte.

Für nicht erkrankte Familienangehörige eines Erkrankten gibt es keine Einschränkungen.