

Merkblatt für Betroffene Hand-Fuß-Mund-Krankheit (HFMK)

(Stand: 30.12.2019)

Allgemeines:

Bei der Hand-Fuß-Mund-Krankheit (HFMK) handelt es sich um eine sehr weit verbreitete Infektionskrankheit, die in den meisten Fällen harmlos verläuft. Hauptsächlich sind Kinder unter 10 Jahren betroffen, Häufungen treten vor allem im Spätsommer und im Herbst auf.

Die HFMK wird durch verschiedene Typen aus der Familie der so genannten *Enteroviren* verursacht.

Übertragung:

Die Ansteckung Gesunder erfolgt vorwiegend durch direkten Kontakt zu virushaltigen Sekreten eines Erkrankten (Sekrete des Nasenrachenraumes, Bläschenflüssigkeit, Stuhl). In den ersten Erkrankungsstagen enthält auch die Ausatemluft Erkrankter HFMK- Viren. Eine Ansteckung ist auch indirekt über verunreinigte Gegenstände möglich, die von Händen Gesunder berührt werden (Schmierinfektion).

Infizierte scheiden Viren nach der Gesundung noch über mehrere Wochen mit dem Stuhl aus und sind während dieser Zeit prinzipiell noch ansteckend.

Krankheitsbild:

Eine Infektion verläuft in über 80% der Fälle ohne wesentliche Krankheitszeichen und wird daher oft gar nicht bemerkt. Sofern es zu Krankheitszeichen kommt, stellen sich diese meist 3 - 10 Tage nach der Ansteckung ein (Inkubationszeit).

Erste Anzeichen sind Fieber, Appetitlosigkeit und Halsschmerzen. Nach etwa zwei Tagen entwickeln sich an der Mundschleimhaut schmerzhaft Rötungen, Bläschen oder Geschwüre. Kurze Zeit später kommt es zu einem Hautausschlag, der in den meisten Fällen auf die Handflächen und Fußsohlen beschränkt ist. Der Krankheitserscheinungen verschwinden normalerweise innerhalb von 5-7 Tagen.

Komplikationen:

Der Krankheitsverlauf ist in den allermeisten Fällen mild. Nur ganz vereinzelt kann es zu Hirnhaut- / Hirnreizungen mit Kopfschmerzen, Nackensteifigkeit oder Rückenschmerzen oder zu vorübergehenden Lähmungserscheinungen kommen. Möglich ist auch die Beteiligung innerer Organe, was unter anderem bei Neugeborenen beobachtet wurde, deren Mutter um den Geburtstermin herum angesteckt wurde.

Behandlung:

Eine medizinische Behandlung ist bei unkomplizierten Verläufen oft nicht erforderlich.

Vorbeugung – Maßnahmen für Erkrankte / Krankheitsverdächtige

Eine Impfung gegen die HFMK steht nicht zur Verfügung.

Die Möglichkeiten zur wirksamen Eindämmung einer Weiterverbreitung sind begrenzt. Dies liegt an dem überwiegenden Anteil stummer Infektionen sowie an der Tatsache, dass Infizierte unabhängig von Krankheitssymptomen wochenlang ansteckend sind.



Ansteckungsrisiken können aber durch regelmäßiges Händewaschen mit Seife, vor allem nach dem Toilettengang, reduziert werden (gilt für Erkrankte und deren Umfeld). Außerdem sollten enge Kontakte zu Erkrankten vermieden werden (z.B. Küssen, Umarmen, Teilen von Besteck und Tassen). Besonders gefährdete Personen, darunter Schwangere, sollten sich von Erkrankten bzw. von eventuell infizierten Personen im Rahmen der Möglichkeiten fernhalten.

Erkrankte unterliegen keinem gesetzlichen Besuchsverbot für Kindergärten oder Schulen. Allerdings sollten Erkrankte allein schon wegen der Beschwerden zu Hause bleiben.

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und beim Robert Koch-Institut (RKI) oder telefonisch beim Gesundheitsamt unter der Rufnummer 09602-79-6210.

nach: RKI, Ratgeber für Ärzte, Stand: August 2017