

## Hand-Fuss-Mund Krankheit

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

Die Hand-Fuss-Mund Krankheit ist eine harmlose, weit verbreitete Viruserkrankung, die vor allem Kleinkinder betrifft. Da es mehrere Virustypen gibt, die zur Hand-Fuss-Mund-Krankheit führen, kann Ihr Kind auch mehrmals erkranken. Das Virus wird von Mensch zu Mensch übertragen. Die Übertragungszeit beträgt 3 – 6 Tage und die Krankheit dauert 8 – 12 Tage. Das Infektionsrisiko kann durch gute Händehygiene reduziert werden, besonders sollte dem beim Windelwechsel und nach dem Toilettengang Rechnung getragen werden.

### Symptome

Zu Beginn haben die Kinder **Fieber**, **Halsschmerzen** und **Appetitlosigkeit** 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 Aphten bilden.

### Was tun?

Die Hand-Fuss-Mund-Krankheit ist eine selbständig abheilende Krankheit. Die Therapie beschränkt sich auf schmerzlindernde und fiebersenkende Massnahmen. Achten Sie besonders darauf, dass Ihr Kind trotz der schmerzhaften Bläschen im Mund genügend trinkt, da sonst die Gefahr der Austrocknung besteht.

- Gegen Schmerzen und Fieber: Paracetamol (Dafalgan) oder Algifor
- Juckreiz: Feniallerg Tropfen
- Auf eine ausreichende Trinkmenge achten
- Bei stark schmerzenden Aphten kann OSA-Zahnungsgel helfen

### Wann muss ich mich beim Arzt melden?

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

### Wann dürfen die Kinder in die KiTa, Kindergarten oder 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.

### Wichtig zu wissen

Typischerweise kann es in einigen Fällen, meist innerhalb von vier Wochen nach der Infektion, zum Verlust von Finger- und Zehennägeln kommen, die jedoch wieder nachwachsen.



Bildquelle: [www.madegate.ch](http://www.madegate.ch)

Quelle: Kinderspital Zürich, Notfall Elterninformationen, Hand-Fuss-Mund Krankheit