Dr. med. Christian Thiel
Kinder- und Jugendarzt / Kardiologie
Rathausplatz 25
22926 Ahrensburg
04102 / 52095

Merkblatt

Hand-Fuß-Mund-Krankheit (HFM)

Was ist HFM?

HFM ist eine meist harmlose Viruserkrankung, an der vor allem Kinder unter 10 Jahren erkranken. Sie ist jedoch sehr ansteckend.

Ansteckung

Übertragen werden die Viren von Mensch zu Mensch, meist durch eine Schmierinfektion, also direkten Kontakt mit einer erkrankten Person.

Man kann sich auch über Oberflächen anstecken, die mit Viren verunreinigt sind, wie z.B. Spielsachen. Auch eine Tröpfcheninfektion durch Niesen oder Husten ist möglich.

Die Inkubationszeit beträgt i.d.R. zwischen 3 und 10 Tagen.

Symptome

Die Krankheit beginnt oft mit Fieber, geringem Appetit und Halsschmerzen. Nach 1-2 Tagen bildet sich ein Ausschlag – oft beginnend im Mundraum. Das kann sehr schmerzhaft sein, man sieht kleine rote Flecken, die Bläschen bilden. Betroffen sind vor allem Zunge, Zahnfleisch und Mundschleimhaut.

Der (nicht juckende) Ausschlag kann sich weiter ausbreiten – um den Mund herum und auch an den Händen und Füßen. Hier fallen vor allem rote Flecken und auch Bläschen auf.

Manchmal tritt der Ausschlag an untypischen Stellen auf wie dem Po, Genitalbereich, Knien oder Ellbogen und kann mit starkem Juckreiz verbunden sein.

Behandlung und Verlauf

HFM wird symptomatisch behandelt, d.h. bei Fieber können fiebersenkende Medikamente gegeben werden. Entsprechende Gele für die Mundschleimhaut können gegen die Entzündungen verabreicht werden.

Erkrankte Kinder dürfen nicht in die Kita bis die Symptome abgeklungen sind (kein Fieber und ausgetrocknete Bläschen).

HFM verläuft normalerweise mild, die meisten kleinen Patienten erholen sich innerhalb von 5-7 Tagen ohne ärztliche Behandlung.