



## Hand-Fuß-Mund Krankheit

Landratsamt Heidenheim  
Gesundheitsamt

- Was ist die Hand-Fuß-Mund Krankheit:** Die Hand-Fuß-Mund Krankheit wird durch Viren ausgelöst und geht mit einem Ausschlag im Mund sowie an den Handflächen und Fußsohlen einher. Gesäß, Genitalbereich, Knie oder Ellenbogen können auch betroffen sein. Die Hand-Fuß-Mund-Krankheit kommt weltweit vor.
- Übertragungswege:** Eine Übertragung der Erreger der HFMK erfolgt von Mensch zu Mensch durch direkten Kontakt mit Körperflüssigkeiten (Nasen- und Rachensekreten, Speichel, Sekreten aus Bläschen) oder Stuhl und durch Kontakt mit viruskontaminierten Oberflächen. Eine Übertragung durch die Hände spielt hier eine wesentliche Rolle. Neben der fäkal-oralen Übertragung kann das Virus in den ersten Tagen nach Infektion wegen der primären Virusvermehrung im Rachen auch durch Tröpfchen übertragen werden.
- Inkubationszeit:** Die Inkubationszeit liegt zwischen 3 - 10 Tagen (1 - 30 Tage). Besonders die Flüssigkeit aus den Bläschen des Ausschlags ist hoch ansteckend.
- Krankheitsverlauf:** Mehr als 80 Prozent der Menschen, die sich mit dem Virus angesteckt haben, zeigen keine Krankheitszeichen, können das Virus aber trotzdem weiterverbreiten. Wenn sich eine Hand-Fuß-Mund-Krankheit entwickelt, sind die ersten Krankheitszeichen üblicherweise Fieber, verminderter Appetit und Halsschmerzen. Ein bis zwei Tage nach Einsetzen des Fiebers zeigen sich kleine rote Flecken an der Mundschleimhaut, vor allem an Zunge und Zahnfleisch. Im Verlauf der Erkrankung entwickeln sich daraus schmerzhaft Bläschen. Nochmals ein bis zwei Tage später treten weitere rote Flecken vor allem an Handflächen und Fußsohlen auf. Auch Gesäß, Genitalbereich, Knie und Ellenbogen können betroffen sein. Ein Juckreiz geht mit dem Hautausschlag in der Regel nicht einher, ist aber möglich.
- Hinweise zur Verhütung und Weiterverbreitung:** Das Infektionsrisiko kann durch gute Händehygiene reduziert werden: Regelmäßiges und sorgfältiges Händewaschen mit Seife, besonders nach dem Windeln wechseln und nach dem Toilettengang, spielen die entscheidende Rolle. Verschmutzte Oberflächen und Gegenstände (einschließlich Spielzeug und Türgriffe) müssen besonders gründlich nach Maßgabe des Hygieneplans gereinigt werden. Enger Kontakt mit Erkrankten sollte vermieden werden (Küssen, Umarmen, Besteck oder Tassen etc. teilen).
- Gesetzliche Bestimmungen:** Nach dem IfSG besteht keine krankheits- oder erregerspezifische Meldepflicht. Ausgenommen sind gehäufte Erkrankungsfälle in Gemeinschaftseinrichtungen (z. B. Kindergarten, Schule).