

# Immer auf die Kleinen!

Als hätten wir momentan nicht genug mit **Viruserkrankungen** zu tun, so darf man doch nicht vergessen, dass es noch mehr als Corona- und Influenza-Viren gibt, die uns das Leben schwermachen.

**K**inder sind für Viren oft leichte Beute, denn schließlich ist ihr Immunsystem noch nicht richtig ausgereift. Daher müssen Eltern aufmerksam beobachten, wo sich ihre Kleinen herumtreiben und mit wem sie Kontakt haben – in der Theorie. Sie wissen aus Ihrem Alltag, wie schwer es ist, Ansteckungsketten

zurückzuverfolgen, es sei denn, die Symptome sind eindeutig und tauchen vermehrt in einer Gruppe auf. Das kann bei der Hand-Fuß-Mund-Krankheit (HFMK) durchaus passieren. Dabei sind genau die genannten Körperteile betroffen. Laut AOK-Bundesverband kursiert auch die weniger schmeichelhafte Bezeichnung „Falsche

Maul- und Klauenseuche“, wie Sie auf **SL01**/Suche „Hand-Fuß-Mund“ erfahren. Verwandtschaften mit der echten Maul- und Klauenseuche sind definitiv nicht bekannt. Zwar werden in erster Linie Kinder bis zu zehn Jahren befallen, aber es können sich auch Erwachsene mit dem Virus infizieren. Das Robert Koch-Institut (RKI) hat als

statistischen Wert 80 000 bis 140 000 Infektionen pro Jahr herausgegeben.

## Stets der falsche Ort und die falsche Zeit

Grundsätzlich kann die Infektion über das gesamte Jahr erfolgen, die zeitlichen Schwerpunkte der Übertragung liegen jedoch im Spätsommer bis in den Herbst hinein. Das RKI beschreibt auf **SL02**/Suche „Hand-Fuß-Mund-Krankheit“/Epidemiologisches Bulletin 10/2013, dass es sich bei den Viren um Enteroviren, also kleine unbehüllte RNA-Viren handelt, die zur Familie der Picornaviridae zählen und ubiquitär, sprich überall verbreitet, vorkommen. Schwere Verläufe mit Beeinträchtigungen des Zentralen Nervensystems, der Ausbildung von Lungenödem und sogar bis hin zum Tod werden primär aus dem westpazifischen Raum gemeldet. Aufgrund der Nichtmeldepflicht in Deutschland sind keine validen Daten über solche Verläufe hierzulande bekannt.

## Wie „holt“ man sich diese Viren?

Tröpfchen- und Schmierinfektionen stehen ganz oben auf der Liste. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung beschreibt die Übertragungswege auf **SL03**/Suche „Hand-Fuß-Mund-Krankheit“



© aidegond / iStock / Getty Images



**NEU:**  
Große Nasivin®  
TV-Kampagne  
ab Dezember

# Nasivin®

befreit verstopfte Nasen  
in nur **25 Sekunden\***

verkürzt den Schnupfen  
um bis zu **2 Tage\***

Schnupfensymptome werden häufig als lästig empfunden.<sup>1</sup> Laut einer prospektiven Studie leiden rund 70 % der Erkältungspatienten am 7. Tag einer Erkältung immer noch an einer verstopften Nase.<sup>1</sup>



<sup>1</sup> Witek TJ, Ramsey DL, Carr AN, Riker DK. The natural history of community-acquired common colds symptoms assessed over 4-years. Rhinology. 2015.  
\*Gilt für alle Nasivin Nasensprays für Erwachsene und Schulkinder

**Bezeichnung:** Nasivin® Nasenspray ohne Konservierungsstoffe Erwachsene und Schulkinder (0,5 mg/ml). **Wirkstoff:** Oxymetazolinhydrochlorid. **Zusammensetzung:** 1 ml Lösung enthält 0,5 mg Oxymetazolinhydrochlorid entsprechend 0,05 %. **Sonstige Bestandteile:** Citronensäure-Monohydrat, Natriumcitrat 2 H<sub>2</sub>O, Glycerol 85 %, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Akute, allergische und vasomotorische Rhinitis. Zur Erleichterung des Sekretabflusses bei Entzündungen der Nasennebenhöhlen sowie bei Tubenkatarrh in Verbindung mit Schnupfen. Zur diagnostischen Schleimhautabschwellung. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Rhinitis sicca. Darf nicht nach transspenoidaler Hypophysektomie oder anderen chirurgischen Eingriffen, die die Dura mater freilegen, angewendet werden. Kinder unter 6 Jahren. **Nebenwirkungen:** Erkrankungen des Nervensystems: Sehr selten: Schläfrigkeit, Sedierung, Kopfschmerzen, Konvulsionen (insbesondere bei Kindern). Psychiatrische Erkrankungen: Sehr selten: Unruhe, Schlaflosigkeit, Halluzinationen (vorrangig bei Kindern). Herzerkrankungen und vaskuläre Erkrankungen: Selten: Herzklopfen, Tachykardie, Hypertonie; Sehr selten: Arrhythmien. Erkrankungen der Atemwege, des Brustraums und Mediastinums: Häufig: Brennen und Trockenheit der Nasenschleimhaut, Niesen; Gelegentlich: Nach Abklingen der Wirkung verstärkte Schleimhautschwellung, Nasenbluten; Sehr selten: Apnoe bei jungen Säuglingen und Neugeborenen. Erkrankungen des Immunsystems: Gelegentlich: Überempfindlichkeitsreaktionen (Angioödem, Hautausschlag, Juckreiz). **Allgemeine Erkrankungen und Beschwerden am Verabreichungsort:** Sehr selten: Erschöpfung (Müdigkeit); Nicht bekannt: Tachyphylaxie (bei langfristiger Anwendung oder Überdosierung).

**Pharmazeutischer Unternehmer:** P&G Health Germany GmbH, Sulzbacher Strasse 40, 65824 Schwalbach am Taunus. Stand: Mai 2019

als von Mensch zu Mensch und über verunreinigte Gegenstände möglich. Dabei kommt den Händen die Hauptverantwortung zu. Da die Krankheit flüssigkeitsgefüllte Bläschen ausbildet, ist hier besondere Vorsicht geboten. So ist wie bei Herpesbläschen diese Flüssigkeit in hohem Maße ansteckend, da die Viren von Hand zu Hand übertragen werden. Bei Kindern, die noch Windeln tragen, müssen die Eltern besondere Vorsicht walten lassen, verbergen sich die Erreger auch in hoher Zahl im Stuhl der Kleinen. Wie bei Corona, Grippe und Co. spielt auch bei der HFMK die bekannte Nies- und Hustetikette eine Rolle, da eine Übertragung über die Luft ebenso möglich ist. Nicht zuletzt stellen gemeinsam verwendete Gegenstände wie Tür- und Haltegriffe oder Trep-pengeländer, Toilettenbrillen, Computertastaturen und -mäuse nicht zu unterschätzende Infektionsherde dar.

**Das spürt man** Ist es einmal zur Infektion gekommen, so dauert es zwischen drei und fünf Tagen, bis die ersten Symptome spürbar werden. Dazu zählen in erster Linie Fieber, Halsschmerzen und zunehmende Appetitlosigkeit. Bedingt durch die nach wenigen Tagen entstehenden ersten schmerzhaften Bläschen, roten Flecken und kleinen Geschwüre im Mund, am Zahnfleisch und auf der Zunge, wird die Essensaufnahme für den Patienten zur Tortur. Ist dieser Patient ein Kind, sollten die Eltern mit sehr viel Verständnis, Trost und Fürsorge reagieren. Äußeres Zeichen der Erkrankung ist typischerweise ein nicht juckender, roter Ausschlag um den Mund herum, an den Handflächen und an den Fußsohlen. Der Ausschlag kann sich bis hin zu Bläschen entwickeln, die die besagte hochansteckende Flüssigkeit enthalten. **SL04**/Gesundheitsmagazin/

Suche „hand-fuß-mund“ legt dar, dass es in besonderen Fällen auch zu einem sehr stark juckenden Ausschlag im Genitalbereich, am Gesäß, an den Knien oder an den Ellenbogen kommen kann, was das Ganze noch unerträglicher gestaltet.

**Besonders perfide** Die HFMK hält zu allem Überfluss ein paar Überraschungen bereit, mit denen man aber rechnen sollte. Zum einen kann laut **SL05**, einer Seite des Bundesministeriums für Gesundheit, und der Suche „Hand-Fuß-Mund“ eine Infektion auch ohne Symptome verlaufen. Der Betroffene kann also das Virus weitergeben, ohne dass er selbst zuvor irgendetwas von der Krankheit gemerkt hat. Des Weiteren kann zum Beispiel der Stuhl eines windeltragenden Kindes noch virenbelastet sein, wenn die Symptome bereits abgeklungen sind und man eigentlich davon ausgeht, dass keine Gefahr mehr von ihm ausgeht. Dies kann jedoch noch nach bis zu sechs Wochen der Fall sein. Umso wichtiger ist absolute Reinlichkeit – selbstver-

ständiglich auch bei der Erwachsenenhygiene.

**Schwanger?** Unter demselben Link erfahren Sie, dass für Schwangere, die kurz vor der Geburt Symptome einer Enterovirusinfektion zeigen und bei denen sich noch keine Antikörper gebildet haben, die Gefahr, eine schwere Infektion davonzutragen, recht gering ist. Nur selten werden die Viren auf den Fötus übertragen. Später beim Stillen werden die Viren nicht weitergegeben.

**Was tun?** Leider haben Sie in der Apotheke keine Präparate, die ursächlich die HFMK, also die Viren selbst, bekämpfen. Da die Erkrankung meist harmlos verläuft, geht es also primär darum, die Symptome mit schmerzreduzierenden und fiebersenkenden Medikamenten zu lindern. ASS als beliebtes Schmerzmittel ist für Kinder nicht geeignet, wie Sie wissen. Paracetamol oder Ibuprofen sind in den altersentsprechenden Dosen geeignet. **SL06**/Suche „Hand-Fuß-Mund-Krankheit“

gibt einige Empfehlungen für schmerzlindernde Tinkturen oder Mittel auf pflanzlicher Basis. Wichtig ist, dass der Patient ausreichend trinkt, auch wenn die Bläschen im Mund schmerzen. Um nicht „vom Fleisch zu fallen“, bieten sich gekühlte oder lauwarme Speisen wie Joghurt, Pudding und Suppen an, die kein Kauen erfordern.

**Ein kleiner Trost** Wer einmal die Krankheit hatte, dem kann der spezifische Virentyp nichts mehr anhaben. Ein anderer Virentyp jedoch hat wieder freie Bahn. Daher sind im Alltag grundsätzlich ausreichende Hygiene, häufiges Händewaschen mit Seife und die Reinigung potenziell kontaminierter Gegenstände von großer Wichtigkeit. Aber das haben wir mit Corona in den letzten knapp zwei Jahren ja ausreichend geübt. ■

Wolfram Glatzel,  
freier Journalist

Ursula Tschorn,  
Apothekerin

## Übersicht Links

- SL01** [https://aok-bv.de/presse/medienservice/ratgeber/index\\_19919.html](https://aok-bv.de/presse/medienservice/ratgeber/index_19919.html)
- SL02** <https://edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/3726/hand-fuss-mund-krankheit-hfmk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- SL03** <https://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/hand-fuss-mund-krankheit/>
- SL04** <https://www.aok.de/pk/magazin/familie/baby-kleinkind/hand-fuss-mund-krankheit-hochansteckend-aber-meist-harmlos/>
- SL05** <https://gesund.bund.de/hand-fuss-mund-krankheit-hfmk>
- SL06** <https://www.netdoktor.de/krankheiten/hand-fuss-mund-krankheit/>

## Weitere interessante Links

- <https://www.pronovabkk.de/leben/hand-fuss-mund-krankheit.html>
- <https://flexikon.doccheck.com/de/Hand-Fu%C3%9F-Mundkrankheit>
- <https://www.infectopharm.com/fuer-patienten/patienten-ratgeber/hand-fuss-mund-krankheit/>