

Hva er hånd-, fot- og munnsykdom?

En virusinfeksjon med utslett i munn, hender og fotsåler. Den forekommer først og fremst hos barn under 10 år, er svært smittsom og kan opptre i små epidemier. Det er ikke uvanlig at alle barna i et miljø smittes, f.eks. i en barnehage. Sykdommen er vanligst sommer og høst.

Årsaker

Sykdommen skyldes oftest Coxsackie-virus A16, men kan også forårsakes av andre typer coxsackievirus eller unntaksvis enterovirus 71 (EV71). I andre land, spesielt i østen, er (EV71) en hyppigere årsak. Den varianten som er den vanlige her i Norge (Coxackie-virus A16), gir oftest et mildt forløp.

Smittefare

Sykdommen smitter først og fremst like før og i startfasen av sykdommen, før utslettet viser seg og i perioden blemmene kommer fram. Det er ikke mulig å stille denne diagnosen før blemmene er tilstede. Dette betyr at når diagnosen blir stilt har smitte til omgivelsene oftest skjedd. Det anses derfor ikke nødvendig å holde barna hjemme fra barnehage eller skole i perioden med blemmer.

Barna kan være i barnehage eller skole så sant de ikke har feber over 38 grader eller har redusert allmenntilstand.

Smitte skjer ved kontakt med spytt og slim fra den syke. Det vil si at smitten spres ved hoste og nysing, og ved nær kontakt. Smitte kan også overføres fra blemmeinnhold, eller fra kontakt med avføringen. Hyppig håndvask kan redusere smittespredning. I barnehager kan også grundig vask av leker og stellebord bidra til å begrense smittefaren.

Sykehistorien

Det tar ca. 1 uke (4-7 dager) fra barnet smittes til sykdommen bryter ut (inkubasjonsperioden). Mange gjennomgår sykdommen uten å ha symptomer. Ved symptomer utvikles feber og som regel allmennsymptomer med sykdomsfølelse og dårlig matlyst. Deretter oppstår sår hals og etter hvert små blemmer på slimhinnene i fremre del av munnen og på tungen. Samtidig, eller like etter, utvikles som regel ømme væskefylte blemmer på håndryggen eller i håndflatene. Ca. 1/3 utvikler også utslett på føttene og i seteregionen. Blemmene forsvinner i løpet av 1-2 uker.

Utslettet i munnen finnes på kinnslimhinnen og tungen, men kan også spres til gane og mandlene. Den enkelte blemmen er fra 0,25 - 0,5 cm i størrelse. De er ofte ømme, starter som en rød ring som etter hvert utvikles til en liten

blemme. På hender og føtter kan det også være rød hud rundt blemmene. Blemmene kan bryte og danne små sår.

Noen kan oppleve negleforandringer noen uker etter infeksjonen, enten som tversgående furer, eller at hele neglen løsner. Dette løser seg når ny negl vokser ut.

Behandling

Det finnes ingen effektiv behandling mot denne sykdommen. Årsaken er et virus, og antibiotika har ingen effekt. Eventuelt kan det være aktuelt å lindre plager med febernedssettende middel (paracetamol). Lunke eller kjølige drikkevarer kan lindre ubehaget i munnhulen.

Forløpet

Sykdommen er ufarlig. Feberen går oftest over etter 2-4 dager. Hudforandringene tilheles vanligvis i løpet av en til to uker. Prognosen er god.

Immunitet

Gjennomgått sykdom gir livslang immunitet mot det viruset som forårsaket infeksjon. I Norge er det nesten alltid coxsackievirus A16. Dersom det kommer utbrudd forårsaket av andre varianter av viruset, er det mulig å få sykdommen på ny, men dette er sjelden.

EV71 viruset kan gi epidemier i utviklingsland. I 2013 er det testet ut en vaksine i Kina mot EV71. Denne medførte over 90% beskyttelse, og kan bli aktuell i utsatte land. I Norge er det ikke aktuelt å vaksinere mot denne sykdommen fordi forløpet er mildt og sykdommen er ufarlig.