

'Hand-voet-mond ziekte'



Wat is het?

De virussen die hand-, voet- en mondziekte veroorzaken zijn erg besmettelijk. Dat betekent dat ze gemakkelijk van de een naar de ander over gaan. Dit gebeurt op verschillende manieren:

- Als een besmet iemand hoest, niest of praat, komen er druppeltjes speeksel in de lucht, die vervolgens anderen kunnen besmetten. Deze besmette druppeltjes kunnen nog zo'n twee uur in de lucht blijven hangen.
- Het virus kan ook worden overgedragen via speelgoed, bekers, bestek of handen.
- Ook het vocht uit de blaasjes is besmettelijk als je dit aanraakt.
- De poep van een besmet persoon is besmettelijk.

Een kind dat de hand-, voet- en mondziekte heeft, is al besmettelijk voordat de eerste klachten ontstaan. Vanaf het moment dat ze weer helemaal beter zijn, zijn ze nog een aantal weken lang besmettelijk. De ziekte hoort bij de vlekjesziektes, die bijna alle kinderen een keer krijgen. Zeker kinderen jonger dan 10 jaar zijn er vatbaar voor.

Wat er gebeurt? Er komen vlekjes en blaasjes in de mond, op de handen en op de voeten. Soms krijgt je kind vooral vlekjes en bultjes rondom de mond en blijven de handen en voeten schoon, maar meestal verspreidt het virus zich. Je kind kan zich ellendig voelen, hangerig zijn en koorts krijgen.

Bron: <https://www.artsenzorg.nl/blogs/kinderziektes/hand-voet-mondziekte>

Wat zegt het RIVM?

- Als je kind hand-, voet- en mondziekte heeft en zich goed voelt, kan het gewoon naar school of de kinderopvang. Hand-, voet- en mondziekte is al besmettelijk voordat je weet dat je het hebt.
- Het is belangrijk dat je kind genoeg drinkt, want eten kan soms pijn doen, omdat er ook blaasjes in de mond zitten.
- Meestal gaat hand-, voet- en mondziekte binnen twee weken over. Soms is het wel verstandig om contact op te nemen met je huisarts. Neem in ieder geval contact op met de huisarts als je kind:
 - Erg ziek is;
 - Niet stopt met huilen en veel kreunt;
 - Suf wordt;
 - Een stuk minder drinkt dan normaal. Een goede richtlijn hierbij is dat je kind minder dan de helft drinkt van wat het normaal drinkt.
- Pasgeboren baby's, tot 10 dagen na de geboorte, kunnen ernstiger ziek worden

Wat zijn de regels bij Donkey?

- Wanneer een kind hand-, voet- en mondziekte heeft mag het gewoon naar de opvang komen.
- Wanneer een kind hand-, voet- en mondziekte heeft, willen de medewerkers dit graag weten. Zo kunnen andere ouders worden gewaarschuwd over een mogelijke besmetting.
- Donkey is wettelijk verplicht om hand-, voet- en mondziekte (HMV) bij de GGD te melden. Een melding dient te worden gedaan wanneer bij twee of meer kinderen – of medewerkers – binnen twee weken symptomen zijn opgemerkt van de hand-, mond- en voetziekte.
- Wanneer er sprake is van de hand-, voet- en mondziekte, dan wordt er nog meer aandacht aan de hygiëne besteed dan normaal.

Wat kan er thuis worden gedaan?

- Laat je kind de handen regelmatig wassen met water en zeep. En doe dat zelf ook.
- Laat je kind hoesten en niezen in de elleboog of in een papieren zakdoek. Gooi de zakdoek daarna weg.
- Vermijd contact met vocht uit de blaasjes van iemand met hand-, voet- en mondziekte.
- Een pasgeboren baby met hand-, voet- en mondziekte kan hoge koorts krijgen en soms ook suf worden. Waarschuw dan meteen de huisarts
- Laat de medewerkers op de opvang weten dat uw kind de hand-, voet- en mondziekte heeft.
- Aangezien volwassenen meestal niet ziek worden van het virus, hoef je geen afstand van je kind te houden.