

1. Proč se jmenuje Nemoc ruka noha ústa?

Nemoc rukou nohou úst je virové onemocnění dutiny ústní spojené s vyrážkou na rukou, nohou a někdy kolem úst.

2. Co nemoc rukou, nohou a úst způsobuje a jak se přenáší?

Nemoc rukou-nohou-úst je způsobena několika různými viry ze skupiny Coxackie virů a enterovirů, nejčastěji Coxackie virem skupiny A (typ 16, ale také 4, 5, 9, 10) a Enterovirem 71. Postihuje nejčastěji děti a mladistvé. Jarem zdrojem virů je nemocný člověk anebo člověk v inkubační době, tedy před vypuknutím onemocnění.

Je nemocný infekční i po propuknutí onemocnění ve stádiu puchýřků, jako tomu bývá u neštovic?
Ano, nemocný je v té době ještě infekční.

Přenáší se jak přímo, kapénkovou cestou, tak kontaktem, nebo přes kontaminované předměty (viry jsou poměrně odolné). **Inkubační doba je 1-15 dní, průměrně 3-8 dní.**

3. Jak nemoc probíhá a jak dlouho trvá?

a) Afty v ústech – někdy

Na sliznici rtů, tváří, tvrdého patra i jazyka se objeví bělavé puchýřky rychle se měnící v defekty se zarudlým okolím – afty.

b) Puchýřky na nohou i rukou i na trupu

Současně vznikají stejné puchýřky na ploskách nohou, na dlaních a někdy i v oblasti holení. U ekzematiků mohou postihovat i zadní stranu paží a v okolí lokte nebo se vyskytují dokonce na stehnech. Jejich obsah je čirý až mírně zkalený

Nemoc trvá 7-10 dnů, puchýřky se spontánně vyhojí.

4. Léčba nemoci rukou-nohou-úst

- Pokud máte dojem, že dítě onemocnělo nemocí rukou-nohou-úst, měřte dítěti teplotu a pokud má dítě horečku (teplota přesáhne 38 stupňů na kůži nebo 38,5 stupňů v zadečku), podejte lék proti teplotě (Paralen nebo Ibuprofen).
- Dobře dítě zavodňujte. Tekutiny nabízejte spíše chladnější (anebo i ledové) a neutrální chuti (kyselé může dráždit).
- Pokud je dutina ústní plná aft, můžete potírat lokálně nedráždivými antiseptiky (Mundisal gel, Neocide gel, Aloclair gel, Folsalvin spray). Pomáhá také velmi malý kousek chladného čerstvého másla na jazyk.
- Nenuťte dítě do jídla. Pokud má hlad, podávejte spíše zahuštěné zeleninové polévky, vývary – vše jen vlažné, pudinky, tvarohové krémy.

- Puchýřky kolem úst, na dlaních a ploskách nohou urdžujte v suchu, případně je můžete vysušovat lokálním podáváním mastí obsahujících zinek (Zinková pasta, Sudocrem – jsou volně prodejné v lékárnách, emulzi TANO HERMAL).
- Je třeba dbát na zvýšenou osobní hygienu, mýt a dezinfikovat si ruce, individualizovat osobní pomůcky (ručníky apod.).
- Teplota bude trvat 1-3 dny. Pokud by trvala déle anebo by dítě dostatečně nepilo či bylo schvácené, určitě navštivte lékaře. Při trvajících teplotách vezměte s sebou k vyšetření i moč dítěte.

5. Rekonvalescence, kdy je možné dát dítě po nemoci do kolektivu?

Rekonvalescence po proběhlém infektu je **nejméně 10 dní**. Po tuto dobu nedávejte dítě do kolektivu, nenavštěvujte s dítětem nákupní centra ani dětské koutky, nevodte k dítěti návštěvy. Doma by měli zůstat i sourozenci. Nemoc je nakažlivá už před vypuknutím prvních příznaků.

Období rekonvalescence je důležité nejen proto, aby se vaše dítě brzy a bez komplikací zotavilo z probíhající nemoci, ale také proto, aby jeho „zanepřázdňená imunita“ při kontaktu s dalšími viry a bakteriemi dětských kolektivů nemusela znovu bojovat s další nemocí.

6. Může se onemocnění ruka-noha-ústa opakovat?

Toto onemocnění se může opakovat, neboť existuje více typů virů, které ji způsobují.