

Hand, Foot and Mouth Disease

Hand, foot and mouth disease is a contagious, viral infection that causes sores in the mouth and a rash on the hands and feet. It is most common in young children.



How is hand, foot and mouth disease spread?

Hand, foot and mouth disease can be spread person-to-person through:

- An infected person sneezing, coughing or blowing their nose near another person.
- Close personal contact.
- Contact with infected feces.
- Contact with objects and surfaces that an infected person has touched, like a toy or a doorknob.
- Hand, foot and mouth disease is not transmitted to or from pets or other animals, and is different from hoof and mouth disease.

What are the symptoms?

The most common symptoms include:

- Fever
- Sore throat
- Painful, red, blisters on the tongue, gums and inside of the cheeks
- A red rash on hands, feet and sometimes buttocks
- Irritability in infants and toddlers
- Loss of appetite

Who is at most at risk?

- Children younger than five years old and in close contact with other children, such as in child care centers.

How can I prevent the disease?

- Wash hands often with soap and water, especially after changing diapers and using the toilet.
- Clean and disinfect frequently touched surfaces and soiled items, including toys.
- Avoid close contact such as kissing, hugging or sharing eating utensils or cups with people with who have the disease.

What should I do if I think I have hand, foot and mouth disease?

- People who think they may have this disease should contact their health care provider.
- Adults and children with this disease should stay home while they have symptoms.
- In most cases, a person with hand, foot and mouth disease is most contagious during the first week of illness. However, people can be contagious for days or weeks after symptoms go away.
- Some people, especially adults, may not develop symptoms, but can still spread the virus to others.

How is hand, foot and mouth disease treated?

- Over-the-counter medications can relieve pain and fever such as Tylenol® and Children's Tylenol® (Aspirin should not be given to children).
- Use mouthwashes or sprays that numb mouth pain.
- Drink plenty of fluids, avoiding juice and soda, as the acid in these beverages can irritate the blisters in the mouth.

For more information, call Denver Public Health at (303) 602-3614.

SOURCES: Centers for Disease Control and Prevention, Mayo Clinic, MedlinePlus

Enfermedad de Mano, Pie y Boca

La enfermedad de mano, pie y boca es una infección viral contagiosa que causa úlceras en la boca y sarpullido en las manos y los pies. Es más común en los niños pequeños.

¿Cómo se propaga?

La enfermedad de mano, pie y boca se puede propagar de una persona a otra a través de:

- Si una persona infectada estornuda, tose o se suena la nariz cerca de otra persona.
- Contacto personal cercano.
- Contacto con heces infectadas.
- Contacto con objetos y superficies tocadas por una persona infectada, como un juguete o la manija de una puerta.
- La enfermedad no se transmite a través de las mascotas u otros animales y es diferente de la fiebre aftosa de los animales.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas más comunes son:

- Fiebre
- Dolor de garganta
- Ampollas rojas y dolorosas en la lengua, las encías y la parte interior de las mejillas
- Un sarpullido rojo en las manos, los pies y a veces las nalgas
- Irritabilidad en los bebés y niños pequeños
- Pérdida del apetito

¿Quién tiene más riesgo?

- Los niños menores de cinco años de edad y en contacto cercano con otros niños, por ejemplo en los centros de cuidado infantil o guarderías.

¿Cómo prevenir la enfermedad?

- Lavándose las manos con agua y jabón, especialmente después de cambiar los pañales y de ir al baño.
- Limpiando y desinfectando las superficies que se tocan con frecuencia y objetos sucios, incluso los juguetes.
- Evitando el contacto cercano como besar, abrazar o compartir los utensilios de comer o tazas con personas que tienen la enfermedad.



¿Qué debo hacer si creo que tengo la enfermedad de manos, pies y boca?

- Las personas que creen que pueden tener esta enfermedad deben comunicarse con su médico.
- Los adultos y niños que tengan esta enfermedad deben quedarse en casa mientras tengan síntomas.
- En la mayoría de los casos, la persona con la enfermedad de mano, pie y boca tiene más riesgo de contagiar la infección durante la primera semana de enfermo. Sin embargo, puede seguir contagiando la enfermedad durante días o semanas después de que los síntomas desaparezcan.
- Algunas personas, especialmente los adultos, pueden no desarrollar síntomas, pero aun así pueden propagar el virus a otras personas.

¿Cómo se trata la enfermedad de manos, pies y boca?

- Usando medicamentos que se venden sin receta y que pueden aliviar el dolor y la fiebre, como Tylenol® y Tylenol® para niños (no se debe dar aspirina a los niños).
- Usando enjuagues bucales o atomizadores que calman el dolor bucal.
- Beber abundantes líquidos, evitando el jugo y sodas, ya que el ácido de estas bebidas puede irritar las ampollas de la boca.

Para obtener más información, llame a Salud Pública de Denver (Denver Public Health) al (303) 602-3614.

FUENTES: Centers for Disease Control and Prevention, Mayo Clinic, MedlinePlus