



Hand, Foot, and Mouth Disease (Typical and Atypical Coxsackie)

Your child may have been exposed to this illness on _____.
Date(s)

Please watch your child for symptoms.

If your child has symptoms, please contact your child's healthcare provider.

If my child becomes sick, when can they return to school or childcare?

Your child can return to school when they have not had a fever for **24 hours** (without use of fever reducing medications) **and** don't have excessive drooling due to open mouth sores or difficulty eating or drinking **and** the child is well enough to participate in routine activities (sores or rash may still be present).

The Coxsackie virus causes hand, foot, and mouth disease. It is common in infants and children less than 5 years of age. It causes:

- Fever
- Loss of appetite
- Sore throat
- Feeling unwell
- Painful mouth sores that appear 1 or 2 days after the fever
- A rash on the hands and feet or face, sometimes on the buttocks, knees, or elbows.
- Sometimes diarrhea or vomiting

The painful mouth sores can make it difficult to swallow liquids. This is a concern because if a child is not getting enough liquids, they are at risk for dehydration.

In atypical hand, foot, and mouth disease, a person may have a large rash covering the entire leg, arm, face, or trunk. The rash may be small bumps or big, red blisters.

What can I do now?

Watch your child for symptoms.

If your child gets sick, prevent others from getting this illness by:

- Keeping your sick child at home.
- Teaching your child to wash their hands frequently for 30 seconds with soap and water.
- Teaching your child to sneeze and cough into the arm or shoulder, not the hand.
- Avoiding touching your face without washing your hands first.
- Cleaning and disinfecting commonly touched surfaces, such as doorknobs with child safe cleaners.
- Do not kiss, hug, or share eating utensils with a sick person.
- Use disposable gloves and change your clothes after cleaning up diarrhea or vomit. Place soiled items in a sealed plastic bag in the trash.

How is hand, foot, and mouth disease spread?

The viruses that cause hand, foot, and mouth disease can be found in a sick person's:

- Nose and throat secretions (such as saliva, sputum, or nasal mucus)
- Blister fluid
- Stool (poop)

This illness can be spread by:

- Close personal contact, such as hugging an infected person
- The air when a sick person coughs or sneezes
- Contact with stool (poop), such as when changing diapers of a sick person, then touching eyes, nose, or mouth before washing hands

A sick person most often spreads hand, foot, and mouth to others during the first week of being sick. However, a person can spread the illness up to several days or weeks after symptoms are gone.



Enfermedad de boca, manos, pies

(Coxsackie típico y atípico)

Su hijo(a) pudo haber estado expuesto(a) a esta enfermedad el _____.

Fecha(s)

Por favor revise si su hijo(a) presenta síntomas.

Si presenta síntomas, comuníquese con el proveedor médico de su hijo(a).

Si mi hijo tiene esta enfermedad, ¿cuándo puede regresar a la escuela o la guardería?

Su hijo(a) puede retornar a la escuela cuando la fiebre haya cesado durante **24 horas** (sin tomar un antifebril) **y además** no tenga babeo excesivo debido a la presencia de úlceras abiertas en la boca o dificultad para comer o beber **y** se sienta lo suficientemente bien para participar en las actividades escolares o de la guardería (quizás todavía se vean algunas úlceras o ampollas).

El virus Coxsackie causa la enfermedad de boca, manos, pies.

Es común en bebés y niños menores de 5 años de edad. Los síntomas son:

- Fiebre
- Pérdida del apetito
- Dolor de garganta
- Malestar
- Úlceras bucales dolorosas que aparecen 1 o 2 días después de tener fiebre
- Ampollitas en las manos y pies o en la cara, a veces en las nalgas, rodillas o codos.
- A veces diarrea y vomito

Debido al dolor que causan las úlceras bucales, es difícil poder beber líquidos. Esto es una preocupación porque si un niño no está recibiendo suficientes líquidos, está en riesgo de deshidratación.

En la enfermedad atípica de manos, pies y boca, una persona puede tener un área grande de erupción que cubre toda la pierna, el brazo, la cara o el torso. La erupción puede estar formada de pequeñas protuberancias o ampollas grandes y rojas.

¿Qué puedo hacer ahora?

Revise si su hijo(a) presenta síntomas.

Si su hijo(a) se enferma, evite que otras personas contraigan la enfermedad:

- Mantenga a su hijo enfermo en casa.
- Enséñele a su hijo a lavarse las manos seguido durante 30 segundos con agua y jabón.
- Enséñele a su hijo a estornudar y toser en el brazo o el hombro, no en la mano.
- Evite tocarse la cara sin lavarse las manos primero.
- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan con frecuencia, como las perillas de las puertas, con limpiadores seguros para niños.
- No bese, abrace ni comparta utensilios para comer con una persona enferma.
- Use guantes desechables y cámbiese de ropa después de limpiar diarrea o vómito. Tire a la basura los artículos sucios en una bolsa de plástico sellada.

¿Cómo se propaga la enfermedad de boca, manos, pies?

Los virus que causan la enfermedad de boca, manos, pies pueden encontrarse en una persona enferma de la siguientes formas:

- Secreciones de nariz y garganta (como saliva, esputo o moco nasal)
- Líquido de las ampollas
- Defecación (caca)

Esta enfermedad se puede transmitir por:

- Contacto personal cercano, como abrazar a una persona infectada
- El aire cuando una persona enferma tose o estornuda
- Contacto con defecación (caca), como al cambiar pañales de una persona enferma, luego tocarse los ojos, la nariz o boca antes de lavarse las manos.

Una persona enferma contagia la enfermedad de boca, las manos, pies a otras personas durante la primera semana de la enfermedad. Sin embargo, puede transmitir la enfermedad hasta varios días o semanas después de que los síntomas hayan desaparecido.



手足口病

(典型和非典型柯萨奇病毒感染)

您的孩子可能于_____接触过本疾病。

日期

请密切观察孩子是否存在相关症状。

如果孩子存在相关症状，请联系其医疗服务提供者。

如果我的孩子生病了，什么时候可以回学校或托育机构？

孩子需在不使用退烧药的情况下已退烧满 **24 小时**；且未因开放性口腔溃疡导致过度流涎、进食困难或饮水困难；且孩子的身体状况足以参与日常活动（溃疡或皮疹可以仍然存在）后，方可返回学校。

手足口病由柯萨奇病毒引起，在 5 岁以下婴幼儿中较为常见。可引发以下症状：

- 发热
- 食欲不振
- 喉咙疼痛
- 身体不适
- 发热 1 至 2 日后出现疼痛性口腔溃疡
- 手、足或面部出现皮疹，有时臀部、膝盖或肘部也会出现皮疹
- 有时伴有腹泻或呕吐

疼痛性口腔溃疡可能导致吞咽液体困难。这一点需要特别注意，因为如果儿童摄入的水分不足，可能有脱水的风险。

非典型性手足口病患者可能出现大面积皮疹，覆盖整条腿、手臂、面部或躯干。皮疹可能表现为小丘疹或大型红色水疱。

手足口病如何传播？

引起手足口病的病毒可存在于患者的：

- 鼻喉分泌物（如唾液、痰液或鼻腔黏液）
- 水疱液
- 粪便

疾病传播途径包括：

- 密切的身体接触，如拥抱感染者
- 患者咳嗽或打喷嚏时通过空气传播
- 接触粪便（如为患者更换尿布）后，未洗手就触摸眼、鼻或口

手足口病患者在患病第一周内传染性最强。但在症状消失后的数日或数周内，仍可能继续传播病毒。

我目前可以做什么？

密切观察孩子是否出现症状。

如果孩子感染发病，为防止传染他人，请采取以下措施：

- 让患病儿童居家休息。
- 教导孩子要勤洗手，每次用肥皂和水冲洗 30 秒。
- 教导孩子打喷嚏或咳嗽时用手臂或肩膀遮挡，切勿用手遮挡。
- 未洗手时避免触摸面部。
- 用儿童适用的清洁剂清洁常接触表面并消毒，如门把手。
- 切勿亲吻、拥抱患者，或与患者共用餐具。
- 清理腹泻物或呕吐物时请佩戴一次性手套，清理完毕后请更换衣物。请将受污染物品装入密封塑料袋后丢弃。

如需了解更多信息，请联系孩子的医疗服务提供者、学校护士，或阿拉米达县公共卫生部，电话为：510-267-3250，网址为：
<https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/infections/Pages/Hand-Foot-and-Mouth-Disease.aspx>