

HAND FOOT MOUTH DISEASE(HFMD)

WHAT IS HFMD?

HFMD is a highly contagious disease that is caused by a viral infection. Children under the age of 5 are most at risk, but it can occur in older adolescents and adults.



SIGNS AND SYMPTOMS

- painful sores in your mouth
- rash on hands and feet
- sore throat
- fever

HOW IT SPREADS

HFMD can easily spread through close contact with an infected person or their bodily fluids such as saliva, nasal mucus, blister fluid, and feces.

PREVENTION

- Wash hands frequently with soap and water.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth.
- Cover your mouth and nose when coughing or sneezing.
- Stay home from work or school if you have symptoms.
- Disinfect surfaces that may be contaminated



HFMD usually resolves on its own within a week or two. Please note it is important to take preventive measures to prevent its spread. If symptoms worsen or do not improve after a few days, please call your health care provider.

ENFERMEDAD DE MANOS PIES Y BOCA (HFMD)

¿QUÉ ES LA HFMD?

La HFMD es una enfermedad altamente contagiosa causada por una infección viral. Los niños menores de 5 años son los que corren mayor riesgo, pero puede presentarse en adolescentes mayores y adultos.



SIGNOS Y SÍNTOMAS

- llagas dolorosas en la boca
- sarpullido en las manos y los pies
- dolor de garganta
- fiebre

CÓMO SE PROPAGA

La HFMD se puede propagar fácilmente a través del contacto cercano con una persona infectada o sus fluidos corporales, como saliva, moco nasal, líquido de ampollas y heces.

PREVENCIÓN

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Cúbrase la boca y la nariz al toser o estornudar.
- Quédese en casa y no vaya al trabajo ni a la escuela si tiene síntomas.
- Desinfectar superficies que puedan estar contaminadas



La HFMD suele resolverse por sí sola en una o dos semanas. Tenga en cuenta que es importante tomar medidas preventivas para evitar su propagación. Si los síntomas empeoran o no mejoran después de unos días, llame a su médico.