



Warzen

Und wie man den auslösenden Viren beikommt

Warzen sind gutartige Hautwucherungen. Keiner mag sie, und in der Regel tun sie wenigstens nicht weh. Warzen sind vor allem ein kosmetisches Problem. Fast immer werden sie von Viren ausgelöst und sind ansteckend. Für die Behandlung spielt eine Rolle, dass es verschiedene Warzentypen gibt und Warzen sich an verschiedenen Körperstellen ausbreiten. Es gibt auch einige Möglichkeiten, wie man sich schützen kann.

Bei Vollmond besprechen, mit Urin bestreichen oder eine Schnecke drüber laufen lassen – über Warzen und vor allem ihre Beseitigung ranken sich viele Mythen. Zum Glück weiß man es heute besser: Fast alle Warzen werden von Viren ausgelöst, und die oben genannten Maßnahmen helfen nicht weiter, wenn man seine Warzen loswerden will. Humane Papillomviren (HPV) sind Auslöser der meisten Warzarten, aber auch ein Virus aus der Familie der Pockenviren kann Warzen hervorrufen, die so genannten Dellwarzen.

Warzen sind sehr verbreitet und können in jedem Alter auftreten. Meistens sind jedoch Kinder oder jüngere Menschen betroffen. Die Inkubationszeit – also von der Ansteckung bis die War-

ze sichtbar wird – dauert mehrere Wochen. Oft stecken sich Kinder im Schwimmbad an. Normalerweise verschwinden solche Warzen wieder von selbst.¹

Dies trifft allerdings nicht zu, wenn man Medikamente einnehmen muss, die die körpereigene Abwehr unterdrücken (Immunsuppression) – etwa nach einer Transplantation. In dieser Situation kann eine Warze bösartig werden und Krebs entstehen. Menschen mit der sehr seltenen vererbten Erkrankung Epidermodysplasia verruciformis haben dafür ebenfalls ein hohes Risiko. Beide Personengruppen müssen Warzen darum regelmäßig vom Arzt kontrollieren lassen.

So genannte Alterswarzen (*Verrucae seborrhoicae*) treten bei

fast allen älteren Menschen auf. Sie sind in der Regel nicht ansteckend und entarten auch nicht.

Auch im Genitalbereich können sich Warzen bilden. Diese Genital- oder Feigwarzen (*Condylomata acuminata*) werden beim Sex übertragen. Da ihre Behandlung sehr spezifisch ist, gehen wir in diesem Artikel nicht auf sie ein.

Vielfältiges Warzenvirus

Wissenschaftler unterscheiden etwa 150 verschiedene humane Papillomviren. Manche rufen Warzen hervor, einige können Krebs verursachen, etwa Gebärmutterhalskrebs.

Warzenviren gelangen über kleinste Verletzungen in die Haut und vermehren sich in den Zellen

Warze

lat. *verruca*,
Plural *verrucae*

der oberen Hautschichten. Weil sie nicht tief eindringen, entgehen sie weitgehend der körpereigenen Abwehr, dem Immunsystem. Das erklärt, weshalb es zum Beispiel keine begleitende Entzündungsreaktion gibt. Aus demselben Grund hat das Virus viel Zeit, den Körper zu infizieren: Bildet sich eine Warze, kann es unter Umständen schon monatelang in unserem Körper sein.

Kleine Warzenkunde

Die meisten Warzen sehen aus wie größere Pickel. Sie tun selten weh, können aber ein Spannungsgefühl hervorrufen, wenn sie an Stellen mit wenig und sehr dünner Haut auftreten. An den Fußsohlen können Warzen manchmal sehr schmerzhaft sein (Dornwarzen). Manche Warzen haben winzige schwarze oder rote Punkte in ihrer Mitte. Das ist geronnenes Blut, das aus einem kleinen Blutgefäß stammt.

Bei Kindern sind die so genannten Stachelwarzen oder gewöhnlichen Warzen (*Verrucae vulgares*) besonders häufig. Sie kommen aber auch bei Erwachsenen vor.² Diese Warzen haben eine raue und schuppige Oberfläche und können erbsengroß werden. Meistens entstehen sie an der Handaußenfläche, an Fingern, der Nagelplatte oder den Füßen. Sie sind hautfarben bis grau-gelb.

Pinselwarzen (*Verrucae filiformes*) sind faden- oder zapfenförmig und treten häufig im Gesicht oder am Hals auf. Männer können diese Warzenviren beim Rasieren großflächig im Gesicht verteilen – sie stecken dadurch gesunde Haut im Gesicht an. Deshalb sollten diese Warzen immer entfernt werden.

An den Füßen hat man es meist mit Plantarwarzen (*Verrucae plantares*) zu tun. Sie sind meist schmerzhaft, weil sie an der Fußsohle wie ein Dorn tiefer in die Haut hineinwachsen („Dornwarzen“). Das gesamte Körpergewicht lastet ja auf diesem Dorn. Dornwarzen sind nicht so einfach zu behandeln. Sie regelmäßig oberflächlich abzutragen (siehe unten), braucht Geduld, führt jedoch meist zum Erfolg. Weiche Einlagen oder orthopädische Schuhe können den Druck verringern und Schmerzen mindern. Plantarwarzen ordnen sich oft in Gruppen an und breiten sich manchmal über die ganze Fußsohle aus. Dann nennt man sie Mosaikwarzen. Meist sind diese nicht schmerzhaft.

Flachwarzen oder plane Warzen (*Verrucae planae juveniles*) entstehen häufig im Gesicht und an den Händen von Kindern und Jugendlichen, auch bei jungen Erwachsenen. Plane Warzen sind flache, runde Papeln, die bis zu 4 Millimeter groß werden können und hautfarben bis braun sind.

Wenn bei Kindern im Gesicht, am Hals, Armen und Beinen Warzen entstehen, handelt es sich meist um Dellwarzen (*Molluscum contagiosum*), die ein Virus aus der Familie der Pockenviren hervorruft. Typisch sind etwa 5 Millimeter große, hellrote Knötchen, die in der Mitte eine Delle haben. Wenn man auf die Warze drückt, entleert sich eine breiige, weißliche Flüssigkeit.

Und was hilft?

Warzen zu besprechen oder mit Urin zu bestreichen, bringt wenig. Die gute Nachricht: Warzen verschwinden oft wieder von selbst. Dann hat unser Ab-

Damit Warzen es nicht so leicht haben

Tragen Sie in Schwimmbädern, Saunen, Sportanlagen und sonstigen Räumen, die von vielen Menschen gemeinsam genutzt werden, Badeschlappen. Trocknen Sie die Finger- und Zehenzwischenräume nach dem Baden sorgfältig ab. Die Viren werden durch virenhaltiges Material übertragen – zum Beispiel Hautschuppen, die sich auf dem Boden befinden. Im Wasser kann man sich aber normalerweise nicht anstecken.

wehrsysteem es selbst geschafft, sie schachmatt zu setzen. Wenn sie das nicht tun oder sehr stören, kann man sie selbst behandeln oder entfernen lassen.

Eine Therapie gegen Papillomaviren als Hauptverursacher von Warzen gibt es nicht. Man muss die Warzen also entfernen, aber manchmal verschwindet das Virus dadurch nicht und lässt neue Warzen wachsen.

Zum Entfernen eignen sich rezeptfreie Präparate mit Salizylsäure, mit Milchsäure oder Kombinationen. Ärzte wenden alternativ, manchmal auch ergänzend, die Kältetherapie (Kryotherapie) an.

Präparate mit Salizyl- und/oder Milchsäure sind als Lösung, Stift oder Pflaster rezeptfrei in der Apotheke oder in Drogerien erhältlich (in der Regel in der Abteilung für Fußpflege). Sie weichen die verhornte Haut auf. Nach einem warmen Hand- oder Fußbad lässt sich die aufgeweichte Stelle dann abtragen. Anschließend muss die Lösung erneut aufgetragen werden, damit die tieferen Anteile der Warzen ebenfalls aufweichen. Dieser Prozess wird so oft wiederholt, bis die Warze verschwunden ist. Je nachdem, wie dick sie ist und wie tief die Warze gewachsen ist, kann das mehrere Wochen dauern.

Wann zum Arzt?

Geben Sie bei Warzen im Gesicht und an den Händen, vor allem wenn sie länger bestehen und sich vermehren, in eine Arztpraxis. Wichtig ist das auch bei schmerzhaften Dornwarzen an der Fußsohle und bei ansteckenden Feigwarzen im Genitalbereich.

Warzen sind nicht immer Warzen! Deshalb sollten Sie erhabene Hautveränderungen, die monatelang nicht verschwinden, sondern größer werden oder bluten und schmerzen, unbedingt einem Arzt oder einer Ärztin zeigen!

Ob Lösungen mit einer Kombination aus Salizyl- und Milchsäure besser wirken als Salizylsäure alleine, wurde bisher in Studien nicht geprüft.

Salizylsäure-haltige Lösungen oder Kombinationen mit Milchsäure kann jeder selbst zu Hause anwenden. Aber die Säure reizt die Haut und ruft manchmal Kontaktallergien hervor. Deshalb sollte die Haut um die Warze mit Vaseline abgedeckt werden, oder man schneidet ein

wirkstoffhaltiges Pflaster passend zu. Bei allen säurehaltigen Präparaten ist es sehr wichtig, die Gebrauchsanleitung zu beachten; denn z.B. kann es durch das Einwirken von Ameisensäurehaltigen Präparaten zu Verätzungen kommen, wenn sie zu lange auf der Haut bleiben.

Was hilft noch?

Bei der Kältebehandlung werden die Warzen meist mit flüssigem Stickstoff oder Dimethylether vereist und sterben innerhalb einiger Tage ab. Der Stickstoff wird dabei z.B. als Spray aufgebracht. Die Therapie kann allerdings schmerzhaft sein – insbesondere für Kinder.³ Produkte zur Kältebehandlung sind rezeptfrei in der Apotheke oder in Drogerien erhältlich.

Verschwinden die Warzen nicht durch Abtragen, kann ein Arzt

oder eine Ärztin sie chirurgisch entfernen – mit einem scharfen Löffel, Skalpell oder Laser. Danach können sich jedoch bleibende Narben bilden.

Zu den Hausmitteln gehört eine Behandlung mit einem Gewebeklebeband (wasserfestes Leukoplast® und ähnliche Produkte). Wer das Band regelmäßig auf die Warze klebt, kann sie damit oft zum Verschwinden bringen.⁴ Aber nicht jeder verträgt die Klebesubstanz.

1 AVP (2004) 31, S. 28

2 Van Haalem FM u. a. (2009) Br J Dermatol; 161, S. 148

3 arznei-telegramm® (1999) 30, S. 24

4 arznei-telegramm® (2002) 33, S. 118

Gesundheitsmasche: Geschäfte mit Jugendlichen

Vemma und die Energydrinks

Die Firma Vemma vertreibt Energydrinks und andere Produkte nach einem umstrittenen Vertriebssystem, dem Multilevelmarketing. Dieses Werbekonzept spricht viele junge Menschen an. Sie sollen die teuren Produkte in größeren Mengen kaufen und in ihrem Freundeskreis neue Kunden gewinnen – nicht nur finanziell riskant, sondern auch von fraglichem Nutzen für die Gesundheit.

Das Prinzip Multilevelmarketing, von Vemma als Affiliate Marketing bezeichnet, wird von etlichen Anbietern in unterschiedlicher Ausgestaltung genutzt. Tupperware®, Avon Kosmetik oder Gesundheitsprodukte wie Juice Plus – die Vertriebssysteme sind sich immer ähnlich: Man baut sich einen eigenen

Kundenstamm im persönlichen Umfeld auf. Die Firma sorgt für eine Art Familiengefühl unter den Verkäufern. Prämien locken zu stärkerem Engagement.

Der US-amerikanische Anbieter Vemma vertreibt seit 2004 Nahrungsergänzungsmittel. Die Aufmachung der Produkte rich-

tet sich vor allem an Jugendliche und junge Menschen. Das Werbevideo¹ für den Energydrink Verve® erinnert an Werbespots von Red Bull, dem Marktführer bei Energydrinks: Sport, Lebensgefühl, Fun. Ebenfalls im Angebot sind Vemma® Gesundheitsdrinks, Bode® Fitnessdrinks und Thirst® Durstlöscher.