

Sonntagszeitung, 15.01.2017, LEIB & SEELE (Leben), Seite 19 - Ausgabe D1, D1N, D1S, D2, R - 948 Wörter

SAGEN SIE MAL, FRAU DOKTOR

Ich habe eine peinliche große Warze am Finger. Was tun?

Was von allein kommt, geht auch wieder von allein. Wer hofft das nicht bei Beschwerden, die uns irgendwie peinlich sind. Bei Warzen könnte das sogar klappen, denn hier ist Abwarten keine schlechte Strategie. Das liegt daran, dass klassische Warzen eine Infektionskrankheit sind, ausgelöst durch Humane Papillomviren, kurz HPV. Virenkiller Nr. 1 ist unser Immunsystem. So wie beim Kampf gegen den Schnupfen. Ist unser Immunsystem geschwächt, haben die Viren leichtes Spiel; gewinnt es wieder an Kraft, haben die Erreger verloren.

Unter Ärzten nennt man dieses "watch and wait" oder "Aktives Zuwarten". Man könnte in diesem Fall ebenfalls sagen: Warz ab! Das erklärt auch, warum das oft belächelte Warzenbesprechen durchaus erfolgreich sein kann, das früher nur Wunderheiler betrieben, das mittlerweile aber sogar auch von der Wissenschaft als ernstzunehmende Suggestionmethode betrachtet wird. Das Immunsystem mancher Patienten reagiert sehr sensibel auf diese besondere Form der "sprechenden Medizin". Die körpereigenen Abwehrkräfte werden stimuliert, und es kann zu einer Selbstheilung kommen. Leider klappt das nicht immer, und dann muss auf andere Weise geholfen werden.

Wer noch nie eine Warze hatte, darf sich glücklich schätzen. Er gehört zu einer kleinen, aber feinen Minderheit. Der große Rest jedoch - immerhin 80 Prozent aller Menschen - gilt warzentechnisch als "verseucht". Keine sehr schöne Vorstellung, denn daraus folgt: Die Ansteckungsgefahr lauert überall. Übertragen werden die Warzenviren über Hautschüppchen, die wir in jeder Sekunde unseres Lebens an die Umwelt verlieren. Man kann sich sogar an sich selbst infizieren. Das passiert, wenn wir mit mehr oder weniger Genuss an bereits vorhandenen Warzen herumkratzen. Dadurch gelangen infektiöse Partikel unter den Fingernagel und werden so per Hand-Taxi an andere Körperstellen transportiert.

Übrigens ist es ein falscher Mythos, dass man die Warze verteilt, wenn sie blutet. Warzen sitzen ausschließlich in der obersten Hautschicht, in den hornbildenden Zellen. Wenn eine Warze blutet, heißt das, die Verletzung geht tiefer. Dadurch wird die Warze nicht ansteckender, als sie ohnehin schon ist. Es kann aber zum Einspülen anderer Erreger - in diesem Fall Bakterien - in den Blutkreislauf kommen. Eine Entzündung kann die Folge sein.

Wer im Inneren einer Warze schwarze Punkte entdeckt, muss keine Sorge haben, dass Dreck hineingeraten ist. Die schwarzen Punkte sind Mini-Thrombosen. Sie entstehen, wenn die kleinsten aller Blutgefäße, die Kapillaren, durch eindringende Hornmassen abgequetscht werden.

Warzen haben es nicht eilig. Zwischen Infektion und Sichtbarwerden einer Warze können bis zu 20 Monate vergehen. Bei Schwimmbadbesuchen ohne Badelatschen und innerhalb der Familie sind die Ansteckungsraten besonders hoch. Wenn das Virus-Genmaterial unsere Hautbarriere überwunden hat, schleust es sich direkt in unser Erbgut ein. Dort wird es sesshaft und beginnt in bester schwäbischer Tradition mit dem Häuslebau. Die sichtbare Warze ist das Haus der Viren, manchmal werden daraus ganz imposante Wohnanlagen.

Filetgrundstücke für den Häuslebau sind Hände und Füße. Dort ist es angenehm kühl, außerdem ist die Liegenschaft oft schlecht durchblutet. Schwitzige Hände und feuchtkäsige Füße in Gummiturnschuhen, schweren Arbeitsschuhen und Skistiefeln ergeben einen herrlich weichen Baugrund. Dazu eine kaputtgeseifte trockene und löchrige Hautbarriere, all das sagt den Warzenviren: Willkommen, fühlt euch wie zu Hause.

Die Virus-Warzen-Gebäude gibt es in diversen Ausführungen. Das Standardmodell sind die halbkugeligen rauhen Knubbel an den Händen oder anderswo am Körper. Pinselwarzen zieren gerne

mal das Augenlid, und Dornwarzen bohren sich durch den Druck beim Laufen tief in die Fußsohle. Gerade Dornwarzen können große Beschwerden verursachen. Man erkennt sie frühzeitig an einem Kreis inmitten der feinen Linien der Fußsohle. Oft werden diese Kreise als Hühnerauge, Druckstelle oder als eingelaufener Fremdkörper verkannt. Das führt dazu, dass Dornwarzen im Frühstadium oft unbehandelt bleiben und wir so selbst zur Virusschleuder werden. Die Warze ähnelt einem Dorn - daher auch der Name -, der sich hart und störrisch in das weiche Fußgewebe bohrt, dort gerne hin und her wackelt und für Mikro-Einrisse in der unmittelbaren Umgebung sorgt. Sie verursachen Schmerzen und bieten eine ideale Eintrittspforte für Bakterien, die sich zwischen Dorn und weicher Umgebungshaut in die Tiefe schummeln und einen Fußinfekt mit heftigen Schmerzen, Fieber, Vernichtungsgefühl und Blutvergiftung auslösen können.

Wer selbst keine Erfahrung in der Behandlung von Warzen hat, sollte also in jedem Fall zum Arzt gehen. Schon um andere Menschen nicht anzustecken. Normalerweise werden die Warzenhäuser mit säurehaltigen Lacken und Pflastern aufgeweicht, dann kann man sie leicht abschaben. Besonders effizient ist es, wenn im Lack gleichzeitig ein Viruskillermedikament enthalten ist, das die Bewohner abtötet. Bewährt haben sich auch Verfahren, bei denen Warzen mit starker Laserhitze oder Kälte aus flüssigem Stickstoff bei minus 196 °C der Garaus gemacht wird. Weniger effizient sind freiverkäufliche Kältesprays. Die erreichen nur minus 55 °C, viel zu "warm" für eine effektive Behandlung. Ebenfalls nicht zu empfehlen sind aggressive chirurgische Verfahren, da Warzenoperationen oft Schmerzen und Narben verursachen und Rückfälle dennoch häufig sind.

Tip 1: Alle hartnäckigen Fußwarzen können mit sichtbaren oder versteckten Krampfadern zusammenhängen. Es lohnt sich bei Warzen an den Füßen, eine detaillierte Ultraschalluntersuchung der Bein-Venen vornehmen zu lassen.

Tip 2: Tunen Sie Ihr Immunsystem durch Abbau von Stress, denn das Stresshormon Cortisol reduziert die Warzenabwehr. Und lassen Sie Ihre Mikronährstoffe im Blut bestimmen: Eisen, Zink, B-Vitamine, Vitamin C und Vitamin D müssen im Lot sein, sonst - auffüllen!

Tip 3: Seifenschaum zerstört die schützende Fettbarriere. Harnstoff- und Fettsalben regenerieren trockene Füße.

Kasten:

HABEN SIE AUCH EINE FRAGE?

Haben Sie auch eine Frage, die Sie schon immer mal einem Arzt stellen wollten, ohne dass Sie sich extra einen Termin in seiner Sprechstunde geben lassen wollen? Dann fragen Sie doch einfach Dr. Yael Adler. In ihrer nächsten Kolumne geht es um die Themen "Übergewicht" und "Abnehmen". Bitte senden Sie Ihre Frage dazu bis zum 22.01.2017 an: sagensiemal@faz.de. Ausgewählte Fragen drucken wir in der nächsten Kolumne ab.

Autor/en: Adler, Yael

Serie: Sagen Sie mal, Frau Doktor

Alle Rechte vorbehalten. © Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH

Alle Daten und Artikel sind urheberrechtlich geschützt. Die Verwendung ist nur zum eigenen dienstlichen Gebrauch möglich. Nicht gestattet sind insbesondere jegliche Weitergabe an Dritte, Vervielfältigung sowie mechanische und oder elektronische Speicherung. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit des Inhalts der Beiträge besteht keine Haftung und Gewährleistung.