

Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen)

sind harmlos, können aber unangenehm sein. Sie bilden sich mit Vorliebe an der Fußsohle, insbesondere an Stellen, die viel Druck ausgesetzt sind. Dadurch können Dornwarzen beim Gehen oder Stehen große Schmerzen bereiten.

Dornwarzen bekommt man durch eine Infektion mit bestimmten Typen des **humanen Papillomavirus (HPV)**. Die Viren werden durch Kontakt- und Schmierinfektionen übertragen und können über kleine Risse oder Verletzungen in die Haut der Fußsohlen gelangen. Bis sich dann eine Warze bildet, können Wochen bis Monate vergehen.

Dornwarzen-Viren halten sich in **feuchtwarmer Umgebung** besonders gut – das Ansteckungsrisiko ist daher vor allem an Orten wie Schwimmbädern, Umkleide- oder Duschräumen hoch. **Badelatschen** können jedoch vor einer Infektion und dadurch auch vor Dornwarzen schützen. Schweißfüße können eine Infektion begünstigen.



Dornwarzen sind flache Hautveränderungen mit grauer oder gelblich-brauner Farbe. Sie bilden sich gerne dort, wo der Fuß viel Druck ausgesetzt ist – also an Zehen, Ferse und Fußballen –, meist bedeckt von einer Hornhautschwiele. © Dr. med. J. P. Müller/OKAPIA

Stechwarzen müssen nicht zwangsläufig Beschwerden machen. Eine Dornwarze entsteht jedoch **meist an druckbelasteten Stellen der Fußsohle** (wie Fußballen oder Ferse) und wachsen durch den ständigen Druck mit dornartigen Fortsätzen **nach innen**. Die Folge können **starke, stechende Schmerzen** sein.

Dornwarzen können auch **oberflächlich wachsen** und **beetartige Ausmaße** annehmen: Solche "**Mosaikwarzen**" treten nicht einzeln, sondern in großer Zahl auf. Sie haben einen kleineren Durchmesser als einzelständige Dornwarzen und sind oft nur stecknadelkopfgroß.

Eine Behandlung ist bei Dornwarzen nicht zwingend notwendig – oft verschwinden sie nach durchschnittlich zwei Jahren von allein. Solch eine Spontanheilung ist vor allem bei Kindern häufig zu beobachten. Verursachen die Stechwarzen jedoch Beschwerden oder breiten sie sich stark aus, sollte man sie entfernen.

Wer sich sicher ist, dass es sich bei den vorhandenen Hautveränderungen um Dornwarzen handelt, muss nicht unbedingt einen Arzt aufsuchen. In der Apotheke gibt es verschiedene **freiverkäufliche Mittel**, mit denen sich Dornwarzen entfernen lassen. Zur Auswahl stehen zum Beispiel Mittel, die auf eine Kältebehandlung bauen oder Mittel, die die Hornhaut an der betroffenen Stelle nach und nach auflösen.

Oft ist die Therapie jedoch langwierig und erstreckt sich über mehrere Wochen (je nach Methode bis zu 12 Wochen) – Betroffene müssen daher etwas **Geduld** aufbringen und sollten die Behandlung **nicht zu früh abbrechen**.

Wirkt die Selbstbehandlung bei den Dornwarzen nicht, ist allerdings ein **Arztbesuch** zu empfehlen. Dem Arzt stehen noch andere Methoden zur Verfügung, um Dornwarzen zu entfernen, etwa die Kryotherapie mit flüssigem Stickstoff, die Lasertherapie oder chirurgische Maßnahmen.

Vorsicht gilt für Betroffene mit geschwächtem **Immunsystem**, geschädigten Nerven im Fußbereich oder **Durchblutungsstörungen**. Sie sollten von einer Selbstbehandlung absehen und die Dornwarzen nur mit ärztlicher Unterstützung entfernen. Das gilt insbesondere für **Diabetiker**.

Als Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen, fachlich: Verrucae plantares) bezeichnet man **flache Hautveränderungen** an den **Fußsohlen**. Ursache dieser Warzen ist eine Infektion mit bestimmten Typen des **humanen Papillomavirus (HPV)**, meist mit Typ 1, 2, 4, 60 oder 63. Zu einer Infektion kommt es, wenn die Viren über kleine Hautverletzungen in die Fußsohle eindringen.

Dornwarzen können

- **einzel**n auftreten; Mediziner sprechen auch von sogenannten **Myrmezien**.
- **beetartig gehäuft** auftreten. Diese sogenannten **Mosaikwarzen** bereiten in der Regel keine Schmerzen, da sie nicht in die Tiefe wachsen.

Dornwarzen bilden sich mit Vorliebe an den Bereichen der Fußsohle, die **viel Druck** ausgesetzt sind (z.B. Ferse oder Fußballen). Dornwarzen wachsen durch den Druck an diesen Stellen mit **zahnartigen Ausläufern** nach innen. Meist liegen sie unterhalb einer Hornhautschwiele, die sich über der Warze bildet.

Häufigkeit

Dornwarzen können bei jedem entstehen. Besonders häufig sind jedoch **Kinder und Jugendliche** sowie Personen mit geschwächtem Immunsystem betroffen.

Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) entstehen durch eine Infektion mit **bestimmten humanen Papillomaviren (HPV)**, die durch kleine Verletzungen in die Haut der Fußsohle eindringen.

Nur einige wenige HPV-Typen verursachen Warzen an den Füßen (v.a. Typ 1, 2, 4, 60 oder 63). Andere Typen der humanen Papillomaviren verursachen dagegen eher Warzen an anderen Haut- oder Schleimhautbereichen (z.B. Feigwarzen). Insgesamt gibt es über 110 HPV-Typen.

Kommen die Fußsohlen in Kontakt mit den Viren, bedeutet das jedoch nicht automatisch, dass eine Infektion vorliegt und sich Dornwarzen bilden. Ob das passiert, hängt unter anderem vom **Immunsystem** des Betroffenen ab. Außerdem sind die HPV-Typen, die zu Dornwarzen führen, nicht sehr ansteckend (sog. "low-risk"-HPV). Ein direkter Hautkontakt ist deshalb nicht zwangsläufig ansteckend, sondern erst, wenn verschiedene Faktoren zusammentreffen. Bis sich nach einer erfolgreichen Ansteckung Dornwarzen bilden, können **Wochen bis Monate** vergehen.

Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) sind meist **alleinstehende, flache Hautveränderungen mit grauer oder gelblich-brauner Farbe**, die an den **Fußsohlen** auftreten. Sie bilden sich gerne dort, wo die Fußsohle einer **hohen**

Druckbelastung ausgesetzt ist, also an **Zehen, Ferse und Fußballen**, meist unterhalb einer **Hornhautschwiele**. Ist die Hornhautschwiele nicht zu dick, erkennt man zudem manchmal **dunkle Pünktchen** in der veränderten Hautstelle. Diese sind Folge von kleinen



Einblutungen in die Haut.

Ist die Hornhaut über der Dornwarze nicht zu dick, erkennt man typischerweise kleine Pünktchen.

Bei **tiefgehenden Dornwarzen** reichen die Ausläufer oft bis in die Lederhaut oder das in der Unterhaut gelegene Fett- und Bindegewebe. Reichen die Fortsätze bis in die Nähe von Nervenenden, können Dornwarzen beim Auftreten beziehungsweise bei Druck **starke, stechende Schmerzen** bereiten – ähnlich wie beim Tritt in einen Dorn.

Dornwarzen können auch als sogenannte **Mosaikwarzen** oberflächlich wachsen und beetartig gehäuft auftreten. Mosaikwarzen sind meist kleiner, oft nur stecknadelkopfgroß.

Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) erkennt der Arzt in der Regel schon durch bloßes Draufschauen. Falls doch Zweifel bestehen, können **zusätzliche Untersuchungen** bei der Diagnose helfen:

- Schabt man mit dem Skalpell etwas Hornhaut von der verdächtigen Hautstelle ab, zeigen sich bei Dornwarzen typischerweise dunkle Pünktchen.
- Eine Hautprobe (Biopsie) der betroffenen Stelle kann letzte Zweifel beseitigen.

Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) benötigen nicht zwangsläufig eine Therapie. Insbesondere bei Kindern verschwinden sie oft nach einigen Jahren **von selbst** (Spontanheilung), meist mit dem Beginn der Pubertät.

Verursachen sie jedoch Schmerzen oder breiten sich aus, ist eine Therapie sinnvoll. Dornwarzen sind allerdings oft hartnäckig und eine Behandlung ist dadurch meist **langwierig** – vom Betroffenen ist daher **Durchhaltevermögen** gefragt.

Dornwarzen entfernen

Wer Dornwarzen entfernen will, kann es zunächst einmal mit freiverkäuflichen Mitteln aus der Apotheke versuchen. Falls diese nicht wirken, ist ein Arztbesuch angebracht. Eine Selbstbehandlung funktioniert dabei im Allgemeinen umso besser, je kleiner die Warze ist.

Wenn Sie nicht sicher sind, ob es sich um Dornwarzen oder etwas anderes handelt, lassen Sie die Hautveränderung ärztlich abklären, ehe Sie selbst Hand anlegen.

Unter bestimmten Bedingungen ist eine Selbstbehandlung **nicht** zu empfehlen:

- bei geschwächtem **Immunsystem**
- bei Kindern unter vier Jahren
- bei gestörter **Wundheilung**
- bei **Durchblutungsstörungen**

Halten Sie in solchen Fällen vor einer Selbstbehandlung **Rücksprache mit dem Arzt** – das gilt insbesondere für **Diabetiker**.

Diabetiker mit Dornwarzen sollten keine eigenen Therapie-Versuche unternehmen. Bei Diabetes können Nervenschäden im Fußbereich und ein geschwächtes Immunsystem vorliegen. Eine Behandlung der Dornwarzen sollte deshalb mit ärztlicher Begleitung erfolgen.

Was Sie selbst tun können

In der **Apotheke** erhalten Sie verschiedene **freiverkäufliche Mittel**, die Ihnen dabei helfen können, Dornwarzen zu entfernen, so zum Beispiel:

- **Mittel mit Salicylsäure:** Produkte dieser Art erhalten Sie meist als Pflaster oder als Lösung zum Auftragen. Die Salicylsäure löst die Hornhaut an, sodass diese sich an der betroffenen Stelle nach und nach entfernen lässt, ähnlich wie bei einem Hühnerauge. Flüssige Mittel mit Salicylsäure wendet man in der Regel über mehrere Wochen (meist 6 bis 12) täglich an, Pflaster können einige Tage auf der Dornwarze bleiben.
- **Mittel mit Monochloressigsäure:** Mittel mit Monochloressigsäure lösen ebenfalls die Hornhaut an, haben aber den Vorteil, dass sie nur einmal pro Woche aufgetragen werden.
- **Kältebehandlung:** Verschiedene Hersteller bieten Produkte an, die die Dornwarze und ihre Fortsätze auf bis zu minus 57 Grad Celsius vereisen und dadurch das betroffene Gewebe absterben lassen. Nach einigen Tagen fällt die Warze dann ab, darunter sind bereits neue Hautschichten entstanden.
Dornwarzen sind oft von Hornhaut bedeckt – damit eine Heim-Kältebehandlung funktioniert, sollten Sie die Hornhaut vor dem Vereisen entfernen. Bei Dornwarzen können zudem ein bis drei Vereisungs-Behandlungen notwendig sein – lassen Sie zwischen den Behandlungen etwa 14 Tage Pause.
Das Prinzip der Kältebehandlung funktioniert ähnlich wie beim Arzt, mit dem Unterschied, dass bei den freiverkäuflichen Mitteln kein flüssiger Stickstoff zum Vereisen zum Einsatz kommt. Bei einer Kältebehandlung beim Arzt können deutlich niedrigere Temperaturen erreicht werden (bis minus 196 Grad Celsius).

Behandlung durch den Arzt

Der **Arzt** wendet meist eine der folgenden Methoden (einzeln oder kombiniert) an, um Dornwarzen zu entfernen:

lokale Behandlung der Warze, zum Beispiel mit:

- **Salicylsäure**, etwa in Form eines Pflasters oder einer Tinktur, um die Hornhaut an der Stelle aufzulösen.
- **5-Fluoruracil**, einem Wirkstoff, der hemmend auf die Dornwarzen-Viren wirkt. Die verschreibungspflichtige Lösung trägt der Betroffene dreimal täglich auf. Sie bildet eine Art Schicht, die vor dem erneuten Auftragen wieder entfernt wird. Damit das umliegende Gewebe nicht durch den Wirkstoff beeinträchtigt wird, kann man um die Dornwarze herum Vaseline oder Zinkpaste auftragen.
- **Imiquimod**, einem Wirkstoff, der das **Immunsystem** zur Freisetzung von **Zytokinen** anregt. Diese stimulieren das Immunsystem, gegen die Viren vorzugehen.

- **Kältetherapie (Kryotherapie):** Hierbei bringt der Arzt flüssigen Stickstoff auf die Dornwarze auf, der die Warze bis zu ihren Ausläufern vereist, eine Entzündungsreaktion auslöst und das Gewebe zum Absterben bringt. Nach einigen Tagen löst sich das tote Gewebe von selbst und fällt ab.
- **Laser-Abtragung:** Der Arzt bestrahlt die Dornwarze mit einem Laser und zerstört so die betroffenen Hautzellen, die sich dann entfernen lassen.
- **Kürettage:** Bei dieser Methode schabt der Arzt die betroffene, örtlich betäubte Stelle mit einem "chirurgischen Löffel" aus. Je nach Größe der Dornwarze können mehrere Sitzungen nötig sein.

Oft heilen Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) innerhalb von etwa zwei Jahren **spontan von selbst** ab – dies ist insbesondere bei Kindern der Fall. **Eine Therapie ist zu empfehlen, wenn die Warzen Schmerzen bereiten oder sich vermehren.** Eine Behandlung ist jedoch oft **sehr langwierig** und erfordert vom Betroffenen **Geduld**. Zudem treten bei vielen Betroffenen nach einer Behandlung erneut Dornwarzen auf.

Leichter als Dornwarzen (Stechwarzen, Plantarwarzen) zu behandeln, ist es, ihnen vorzubeugen. Damit sich Dornwarzen möglichst gar nicht erst bilden beziehungsweise vorhandene Warzen nicht vermehren, sollten Sie auf folgende Punkte achten:

- Vermeiden Sie direkten Hautkontakt zu Dornwarzen.
- Halten Sie Ihre Füße sauber und trocken.
- Cremes Sie Ihre Füße regelmäßig ein.
- Gehen Sie in Schwimmbädern, Duschräumen, Umkleieräumen etc. nicht barfuß. Badelatschen können das Ansteckungsrisiko senken.
- Kratzen Sie nicht an Dornwarzen, dadurch können Sie die Viren verbreiten.
- Waschen Sie sich die Hände, wenn Sie Dornwarzen angefasst haben.

Quellen:

Online-Informationen des Pschyrembel: www.pschyrembel.de (Stand: 2015)

Darai, G., et al.: Lexikon der Infektionskrankheiten des Menschen. Springer Verlag, Berlin Heidelberg 2012

Sterry, W.: Kurzlehrbuch Dermatologie. Thieme, Stuttgart 2011

Warzen – Leben undercover. Online-Informationen der Pharmazeutischen Zeitung: www.pharmazeutische-zeitung.de (Stand: 2011)

Sterry, W. : Checkliste Dermatologie. Thieme, Stuttgart 2010

Rassner, G., et al.: Dermatologie. Urban & Fischer, München 2009

Warzen – Behandlung mit Säure, Kälte oder Schnecken. Online-Informationen der Pharmazeutischen Zeitung: www.pharmazeutische-zeitung.de (Stand: Februar 2007)

Fleischner, G.: Podologische Orthopädie. Neuer Merkur Verlag, München 2003

Stand: 23. Februar 2015