
VOETWRATTEN EN HANDWRATTEN (VERRUCA PLANTARIS / PALMARIS)

WAT ZIJN WRATTEN ?

Wratten zijn bloemkoolachtige uitstulpingen van de huid, veroorzaakt door infectie met een virus. Het virus dat de wratten veroorzaakt heet **humaan papilloma virus (HPV)**. Wratten zijn besmettelijk, je loopt ze op door contact met iemand die wratten heeft.

De medische term voor wrat is **verruca**. Er zijn verschillende soorten wratten. De gewone wrat (**verruca vulgaris**) zit meestal op de vingers of handen, of op de voetzool, en wordt vaak al op jonge leeftijd opgelopen. De wratten op de voetzool worden ook wel **verruca plantaris** genoemd.



Er bestaan ook **vlakke wratten (verruca plana)**. Deze zijn kleiner, vaak 1-3 mm groot, nauwelijks uitstekend, soms haast niet zichtbaar, en er zitten er vaak meerdere bij elkaar. Dit soort wratten zitten vooral op de handruggen, de onderarmen, de benen, en soms op het gezicht of in de hals.



Een andere variant is de spitse wrat of **draadvormige wrat (verruca filiformis)**. Dit is een wrat die heel dun en heel lang is. Dit type wrat zit het vaakst in het gezicht, bijvoorbeeld op de oogleden, op de neus, of op of rond de lippen.



draadvormige wrat (v. filliformis)

Wratten kunnen ook door seksueel contact worden overgebracht. Dit is een ander type wrat, de **genitale wrat**, ook wel **condyloma acuminata** genoemd. Deze wratten worden ook door een HPV virus veroorzaakt, maar door een ander type. Zie verder onder genitale wratten (condylomen).

Ouderdomswratten (verruca seborroica) zijn heel iets anders. Dit zijn bruinige wratachtige bultjes, die meestal op de romp zitten, en die ontstaan op oudere leeftijd. Het is niet precies bekend hoe ouderdomswratten ontstaan, het lijkt niet door een virus te worden veroorzaakt. Zie verder onder ouderdomswratten.

Deze folder gaat alleen over de gewone wratten (verruca vulgaris).

HOE WORDT EEN WRAT VEROOORZAAKT ?

Wratten worden veroorzaakt door een infectie van de huid met het humaan papillomavirus. Dit is een besmettelijk virus. Je kunt een wrat oplopen door contact met iemand die wratten heeft, bijvoorbeeld door iemand met handwratten een hand te geven. Voetwratten worden opgelopen in gymzalen en douches, waarschijnlijk door lopen over besmette huidschilfers. Het kan na de besmetting 2 tot 6 maanden duren, en soms wel een jaar, voordat de wrat zo groot is dat hij zichtbaar is.

WIE KAN WRATTEN KRIJGEN ?

Iedereen kan wratten krijgen, en de meeste mensen hebben al op jonge leeftijd, op de lagere school bijvoorbeeld handwratten of voetwratten opgelopen. De ene persoon is er bevattelijker voor dan de andere. De meeste mensen hebben maar een paar maanden of enkele jaren last van wratten, omdat hun afweer systeem de wratten opruimt. Wratten gaan dus meestal vanzelf weer over. Maar helaas niet bij iedereen, sommigen hebben er jaren last van, en vooral voetwratten kunnen heel hardnekkig zijn. Patiënten met een gestoorde afweer lopen gemakkelijk wratten op, en ze kunnen ook heel groot worden en onbehandelbaar zijn. Dat komt voor bij HIV patiënten, bij patiënten die afweer onderdrukkende geneesmiddelen gebruiken zoals prednison of ciclosporine, en het komt voor bij kinderen en volwassenen die een niet goed werkend afweersysteem hebben. Wratten loop je makkelijker op als de huid beschadigd is. Wratten kunnen zich verspreiden in krasjes van de huid of door krabben, vooral bij de kleine vlakke wratten (verruca plana) zie je dat.

WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN ?

Wratten aan de vingers of de handen zijn vaak kleine ronde bloemkool-achtige uitstulpingen. Ze kunnen ook onder de nagel voorkomen. Voetwratten kunnen van hetzelfde type zijn, maar ook afgeplat zijn of de diepte in groeien. Diep ingroeivende wratten komen vooral op de voetzool voor, en dit kan pijnklachten veroorzaken.

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

De diagnose wordt gesteld op het klinisch beeld, op hoe het er uitziet. Ze zijn gemakkelijk te herkennen. Een enkele keer kan er verwarring zijn met een likdoorn, als het een wrat is die precies op een drukplek zit. Door met een mesje wat huidschilfers weg te snijden of te schrapen, laagje voor laagje, kan men het verschil zien. Bij een wrat verschijnen er op een gegeven moment allemaal zwarte puntjes, dit is gestold bloed (puntbloedingen) afkomstig van bloedvaatjes die hoog in de wrat kunnen worden aangetroffen.



HOE WORDEN VOETWRATTEN EN HANDWRATTEN BEHANDELD ?

Omdat wratten meestal vanzelf weer overgaan, is het niet altijd nodig om te behandelen. Men kan ook afwachten. Omdat wratten vooral bij kinderen voorkomen en alle behandelingen pijnlijk zijn, is het niet zo'n gek idee om af te wachten. Bij circa tweederde van de patiënten verdwijnen de wratten spontaan binnen 2 jaar. Behandelen is wel zinvol als de wratten klachten veroorzaken (pijn), of cosmetisch erg storend zijn, of niet vanzelf overgaan. Alle behandelingen zijn er op gericht om het virus te doden. Omdat het virus tot in het levende gedeelte van de huid is ingegroeid, doen de meeste behandelingen pijn. Soms is het voldoende om de wrat gedeeltelijk te verwijderen en te irriteren, waarna het eigen afweersysteem geprikkeld wordt en de wrat opruimt. Er zijn ook crèmes beschikbaar (Aldara, imiquimod) die het eigen afweersysteem aanjagen. Maar voor de gewone wratten zijn er simpelere en goedkopere methoden.

Aanstippen

Er zijn verschillende aanstipvloeistoffen (wrattentinctuur) en zalven op de markt om aan te brengen op wratten. De meeste daarvan bevatten een zuur (salicylzuur) dat de bovenste huidlaag, de hoornlaag, verweekt en oplost. Andere toevoegingen kunnen zijn melkzuur of ditranol. Deze aanstipvloeistoffen moeten elke dag worden aangebracht, en het beste kan men het afdekken met een pleister. Wratten veroorzaken een verdikking van de huid, en de agressieve chemische stoffen in de aanstipvloeistoffen lossen de hoornlaag op en tasten uiteindelijk ook de wrat aan. De huid kan kapot gaan door deze producten, maar dat is ook de bedoeling. Het helpt om elke dag zelf ook zoveel mogelijk hoornlaag te verwijderen met een mesje, eeltvijl, puimsteen of schuurpapier. Wat ook kan is de wratten verweken door een kwartier met de voeten in warm water te gaan zitten. Het wordt geadviseerd om als de wrat verdwenen lijkt, nog 2 weken langer door te gaan voor de zekerheid. De behandeling kan pijnlijk zijn, de huid rond de wrat wordt beschadigd en geïrriteerd.

Bevriezing met vloeibare stikstof

Een wrat kan worden bevroren met vloeibare stikstof. Vloeibare stikstof is heel koud (196 graden onder nul). Het wordt aangevoerd in stalen containers. In ziekenhuizen is het aanwezig, huisartsen kunnen het bestellen voor een wrattenspreekuur. De stikstof kan met een spuitbus op de huid worden gespoten, een andere methode is een wattenstol in de stikstof dopen en daarna op de huid te zetten. De bedoeling is dat de wrat en een stukje huid er omheen bevroert. Door het vriezen gaat de huid kapot, er ontstaat een vrieswond. In het ideale geval ontstaat er een dikke blaar, die er daarna inclusief wrat afvalt. De huid geneest binnen 4 tot 7 dagen. De behandeling moet vaak enkele keren herhaald worden. Het kan worden gecombineerd met het zelf aanbrengen van aanstipvloeistoffen of zalven. Het bevroeren van wratten is pijnlijk, vooral rond de nagels. Er kunnen bloedblaren en wonden ontstaan, en er kunnen kleurverschillen of littekens achterblijven. Wratten rond de nagel zijn moeilijk te behandelen. Soms moet de nagel worden verwijderd. Bij bevroeren van de huid rondom de nagel kan de nagel permanent worden beschadigd.



Het bevriezen van wratten is een gebruikelijke behandeling voor handwratten, maar voetwratten reageren er niet zo goed op. Dat komt omdat de huid van de voetzool veel dikker is, en er een dikke hoornlaag op zit. Het vriezen komt dan niet diep genoeg. Met wrattenvirus geïnfecteerde huid blijft achter en de wrat groeit terug.

Aanstippen met etsende chemische vloeistoffen

Wratten kunnen worden aangestipt in de spreekkamer met etsende chemicaliën zoals monochloorazijnzuur, bichloorazijnzuur en trichloorazijnzuur. Dit zijn agressief bijtende stoffen, die vooral worden gebruikt voor dikke wratten op handpalmen en voetzolen. Ze worden aangebracht op de wrat met een houten stokje, dat even in de vloeistof is gedoopt. Ook dit moet vaker worden herhaald, en kan pijnlijk zijn.

Chirurgisch verwijderen

Wratten kunnen worden uitgesneden met een mesje of uitgelepeeld met een scherpe lepel, na voorafgaande verdoving door middel van injecties. Hierna wordt de wond dichtgebrand met een elektrocoagulatie apparaat. Dit biedt een redelijk goede kans op succes (circa 80%). Het nadeel is kans op blijvende littekens, en het verdoven is pijnlijk. De voetzool is niet zo makkelijk te verdoven, het inspuiten van de verdovingsvloeistof in de dikke huid van de voetzool gaat moeilijk en het doet zeer.

Wegbranden (elektrocoagulatie) of weglaseren met de CO2 laser

Bij wegbranden wordt de wrat en de omgevende huid weggebrand door middel van elektrocoagulatie. Het elektrocoagulatie apparaat heeft een klein bolletje of elektrisch lusje dat heel heet wordt. De huid wordt eerst verdoofd en daarna wordt de wrat laagje voor laagje in zijn geheel verwijderd. Dit gaat beter en nauwkeuriger dan bevriezen, door de hitte wordt het virus gedood. De CO2 laser werkt op dezelfde manier, ook daarmee kan een wrat heel precies en laagje voor laagje worden weggebrand. Het nadeel van deze technieken zijn de verdoving die nodig is, en de littekens die achterblijven. Voor hardnekkige voetwratten is er helaas soms geen andere optie.



Overige behandelingen

Bij zeer hardnekkige wratten zijn er nog enkele bijzondere behandelingen mogelijk zoals het inspuiten met een middel dat de celdeling remt (bleomycine), het insmeren met celdeling remmende crèmes (Efudix, 5-fluorouracil), het stimuleren van het immunsysteem met producten zoals imiquimod of interferon, en het bestralen van de voetwrat met rontgenstralen (radiotherapie). Dit zijn allemaal uitzonderlijke methoden, die weinig worden gebruikt, en waarvan ook niet goed te voorspellen is of het gaat helpen.

WAT KUNT U ZELF NOG DOEN ?

Het oplopen van handwratten is nauwelijks te voorkomen. Voetwratten kan men voorkomen door niet op blote voeten te lopen in gemeenschappelijke ruimten, zoals kleedruimten, doucheruimten, zwembaden en gymnastieklokalen.

WAT ZIJN DE VOORUITZICHTEN ?

De meeste wratten gaan vanzelf weer weg in enkele maanden tot jaren. De meeste personen bouwen afweer op tegen wratten en krijgen ze vervolgens niet meer. Voetwratten en wratten onder de nagels kunnen helaas heel hardnekkig zijn.