Vereisungen kann man bei einem Hautarzt vornehmen lassen – oder daheim einen Kältestift benutzen

Kälte zerstört die unschöne Wucherung

Endlich Schluss *mit lästigen Warzen!*

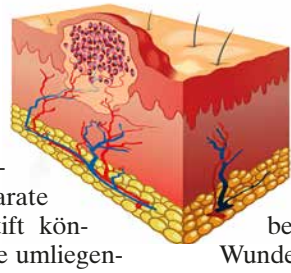
Meist sind sie harmlos, stören im Alltag aber enorm: Durch humane Papilloma-Viren (HPV) ausgelöste Warzen können an jeder Körperstelle auftreten, entstehen aber vor allem an Füßen, Händen und im Gesicht.

Auf keinen Fall sollte man an der Wucherung herumschnippeln! Das kann nicht nur zu Verletzungen und Narben führen. Mit jeder Berührung können Sie auch andere Hautstellen anstecken, denn die Viren in den Warzen sind hochaktiv. Besser sind Lösungen oder Pflaster mit Salicylsäure aus der Apotheke. Sie weichen die Hornschicht auf, dadurch lässt sie sich mit einer Feile Stück für Stück abtragen.

Säure und Stickstoff helfen

Eine noch schnellere Methode ist die Vereisung. Dabei wird flüssiger Stickstoff auf die Warze aufgetragen. Dadurch sterben die befallenen Hautzellen ab, die Blutzufuhr der Warze wird zerstört. Sie kann zu Hause mit einem Vereisungsstift angewandt werden. Präparate mit einem Metallstift können dabei helfen, die umliegende Haut zu schützen und die Verhornung gezielt zu behandeln (z.B. „Wortie“, Apotheke).

Die Erreger können über winzige Risse in der Haut in den Körper gelangen. Umso wichtiger ist eine starke Hautbarriere, gerade an den Füßen. Eine regelmäßige Pflege mit mineralstoffreicher Heilerde kann Schäden vorbeugen (z.B. „Luvos Heilerde Fußbalsam“, Drogeriemarkt oder Apotheke).



Meist lösen Viren die Hautwucherungen aus

Eine sinnvolle Methode der Vorbeugung ist es zudem, Wunden schnell zu versorgen. Dabei helfen Cremes mit wundheilungsfördernden Wirkstoffen. Die Zaubernuss, auch als Hamamelis bekannt, soll Blutungen stillen und Entzündungen hemmen können (z.B. in „Hametum Wund- und Heilsalbe“, Apotheke). Das kann bei der Behandlung von Verletzungen wie Blasen an Händen und Füßen helfen und so die natürliche Schutzschicht der Haut wiederherstellen.

SONDERFALL ALTERSWARZE

Vor allem im höheren Lebensalter treten bei vielen Menschen Wucherungen im Gesicht oder am Oberkörper auf, die Warzen ähneln – aber nicht durch Viren ausgelöst werden. Die Ursache ist bislang unbekannt, sie sind aber harmlos und nicht ansteckend. Vorsichtshalber sollte ein Hautarzt ein Blick darauf werfen, um gefährlichen Hautkrebs auszuschließen.

Dank neuer Laser-Therapie

Tabu-Thema Inkontinenz! *Es gibt Hilfe*

Unangenehm, wenn beim Lachen ungewollt Urin abgeht. Bei Belastungs-Harninkontinenz ist der Schließmuskel der Blase geschwächt und dem Druck im Bauchraum nicht mehr gewachsen.

Laut den Experten der Deutschen Kontinenz-Gesellschaft (**www.kontinenz-gesellschaft.de**) lindert Physiotherapie (Kasse zahlt) die Beschwerden meist besser als Medikamente. Auch eine neue Laser-Therapie („LaEvita“, **www.biolitec.de**) kann helfen. Dabei wird über einen Glaskörper die Intim-Schleimhaut mit Laserlicht bestrahlt. Das regt die Kollagenbildung an, Muskulatur und Gewebe des Beckenbodens werden straffer.

So soll der Urin wieder besser gehalten werden können. Die Behandlung dauert maximal 15 Minuten, ist ambulant ohne Betäubung möglich.

Meist reichen drei Sitzungen (Kasse zahlt nicht, insgesamt ca. 1000 Euro). Danach kann jährlich eine einzelne Auffrischung nötig sein. Spezialisierte (Uro-) Gynäkologen bieten sie an.

Bei geschwächter Blase helfen moderne Therapien

Fotos: Alamy Stock Photo, Fotolia (2), iStock (2), Shutterstock (2)