

# Fuss

## Dornwarze

---

### Definition

Eine Dornwarze entsteht insbesondere an der Fusssohle, wenn sich zuviel Druck aufbaut (Zehen, Ballen oder Ferse). Es handelt sich um eine flache Hautveränderung mit grauer oder gelblicher / brauner Farbe.



### Symptome

Dornwarzen können beim Gehen oder Stehen Schmerzen verursachen und ziehen oft auch ästhetische Probleme mit sich. Im frühen Stadium sehen sie wie kleine schwarze Punkte aus, werden aber im Laufe der Zeit bräunlich oder gräulich. Die typischen schwarzen Punkte einer Dornwarze sind geronnene Blutgefässe.

### Ursachen

Dornwarzen werden vom menschlichen Papillomavirus (HPV) hervorgerufen, übertragen durch Kontakt- und Schmierfunktion über kleine Risse in der Haut. Diese Viren verbreiten sich am besten in warmer und feuchter Umgebung (wie z.B. im Hallenbad, in der Sauna oder in Schuhen). Schweissfüsse begünstigen die Infektion mit HPV ebenfalls.

### Therapiemassnahmen

Wichtig ist es, Dornwarzen so früh wie möglich zu behandeln, so dass sie sich nicht ausbreiten können. Dies fängt bei guter Fusshygiene an, barfuss Laufen in öffentlichen Bereichen sollte vermieden und die Füsse immer sauber und trocken gehalten werden.

- Falls keine Beschwerden vorhanden sind, ist oft eine Selbsttherapie mit Kältebehandlung oder einem Mittel zur Hornhautauflösung möglich. Rezeptfreies Warzenmittel (Salicylsäure oder Milchsäure) in Verbindung mit Hausmitteln sind eine gute Möglichkeit Dornwarzen loszuwerden.
- Bei einem langwierigen Verlauf mit Schmerzen sollte jedoch ein Arzt konsultiert werden.
- Chirurgische Behandlung von Dornwarzen sind die Warzenvereisung, Elektrochirurgie oder die Laserchirurgie.

- **Versorgung mit orthopädischen Schuheinlagen:** Um die schmerzhafte Stelle zu entlasten und den Fuss gut zu stützen, eignet sich die Anfertigung einer orthopädischen Schuheinlage bestens. Neben der retrokapitalen Abstützung enthält eine solche Einlage eine Weichbettung um die Druckstelle zu entlasten. Der nicht betroffene, schmerzlose Bereich sollte möglichst gut gestützt werden.

