

🔒 Tipps für die Therapie

# Was gegen Warzen wirklich hilft

Warzen können sich zu echten Plagegeistern entwickeln. Welche Therapie-Optionen es gibt und wie man dabei in der Praxis vorgeht, erläutert Dermatologe Professor Hans Michael Ockenfels im Gespräch mit der Ärzte Zeitung.

---

Von Dr. Miriam Sonnet (/Nachrichten/Dr-Miriam-Sonnet-au128049.html)

Veröffentlicht: 18.05.2026, 07:05 Uhr

Plantarwarzen lassen sich mit verschiedenen Methoden behandeln. Zuerst kann man es mit Salicylsäure versuchen – klappt das nicht, kommen Laser und Ablation zum Einsatz.

**Neu Isenburg.** Sie sind häufig klein, hartnäckig und manchmal auch schmerzhaft: Warzen, insbesondere an den Füßen, eine nicht unübliche Diagnose in der hausärztlichen Praxis.

Verursacht werden sie in den meisten Fällen durch eine Infektion mit humanen Papillomviren (HPV), von der mindestens 10 Prozent der Bevölkerung betroffen sind.

Zwar können Warzen von alleine abheilen, insbesondere innerhalb der ersten sechs Monate. Da allerdings der Verlauf sehr individuell ist, sollte möglichst frühzeitig behandelt werden.

## Topische Therapien der ersten Wahl

Salicylsäure ist eine topische Therapie der ersten Wahl bei kutanen Warzen. „Die Viren befallen nur die Epidermis. Salicylsäure löst diese Hornschicht auf“, erläutert Professor Hans Michael Ockenfels, Mitglied der Deutschen Dermatologischen Gesellschaft (DDG), im Gespräch mit der Ärzte Zeitung.

„Das Ziel der topischen Mittel ist es, die befallenen Zellen der Epidermis wegzubekommen.“ Das funktioniert aber mehr nach dem Zufallsprinzip: „Es besteht eine 50:50-Chance, dass diese Behandlung funktioniert.“

## Mehrere Möglichkeiten der Anwendung

Für die Anwendung gibt es mehrere Möglichkeiten. So wird in einem

Review zum Management kutaner und genitaler Warzen empfohlen, zunächst ein warmes Fußbad zu nehmen und Hyperkeratosen vorsichtig abzutragen (J. Dtsch Dermatol Ges 2016; 14(9):892-900 ([https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ddg.12838\\_g](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ddg.12838_g))). Das Salicylsäureprodukt wird dann auf die Warze aufgetragen und dieser Vorgang täglich für mindestens zwölf Wochen wiederholt.

Eine andere Herangehensweise ist die Applikation zwei- bis dreimal täglich über ca. sechs Wochen. Der Lackfilm wird vor jedem neuerlichem Auftragen entfernt und die Hornschicht mit einer Kürette oder einer kleinen, scharfen Schere bis zum Auftreten einer Punktblutung abradert (Altmeyers Encyclopdia. Warzen (<https://www.altmeyers.org/de/dermatologie/warzen-ubersicht-4256>)). Nach erfolgreicher Therapie wird für eine Woche weiterbehandelt.

## Therapie mit Harnstoff nicht ratsam

Neben Salicylsäure gibt es weitere säurehaltige Mittel wie Milchsäure. Achtung: „Salicylsäure oder die anderen topischen Mittel können richtige Löcher in die Haut ätzen“, betont der Experte der DDG.

Von einer Therapie mit Harnstoff rät Ockenfels ab: „Das ist nicht stark genug.“ Zumindest einen Hinweis auf eine mögliche Wirksamkeit liefern japanische Forschende mit einer kleinen Studie, in der eine topische Therapie mit 10 Prozent Urea geprüft wurde (Skin Research 2000; 42: 498 502 ([https://www.jstage.jst.go.jp/article/skinresearch1959/42/5/42\\_5\\_498/article](https://www.jstage.jst.go.jp/article/skinresearch1959/42/5/42_5_498/article))).

Behandelt wurden fünf Patientinnen und Patienten mit Plantarwarzen zwei- bis dreimal täglich. Nach zwei bis acht Monaten verschwanden die Warzen bei allen Teilnehmenden komplett.

## Stickstoff, Laser und Ablation

Warzen kann man auch mit flüssigem Stickstoff behandeln, der sogenannten Kryotherapie. Der Stickstoff erzeugt eine Nekrosezone innerhalb und um die Warze. Nach drei bis vier Behandlungen beträgt die Abheilungsrate 50-70 Prozent.

Aber: „Eine Vereisungstherapie empfehlen wir nicht“, sagt Ockenfels. „Denn diese lässt sich nicht so gut dosieren, dass die Kälteapplikation nur auf die oberste Hautschicht beschränkt wird.“

Spätestens dann, wenn topische Mittel nicht erfolgreich sind und die Warzen nach einem halben Jahr nicht verschwinden, sollte man die Patientinnen und Patienten an dermatologische Kolleginnen und Kollegen überweisen. Diese haben die Möglichkeit, eine Lasertherapie durchzuführen, mit der Blutgefäße verschlossen werden, was die Warze von innen heraus zerstört.

Alternativ wird die Warze mittels Elektrokauter oder CO<sub>2</sub>-Laser abgetragen. Achtung: Die Lasertherapie wird von der gesetzlichen Krankenversicherung nicht übernommen!

Zu Rezidiven kommt es laut Ockenfels in circa 5 Prozent der Fälle. Nämlich dann, wenn die Abtragung nicht vollständig war und nicht alle von Viren befallenen Zellen erwischt wurden.

## Bleomycin und Immunsystem stärken

Die photodynamische Therapie (PDT) ist ein experimentelles Verfahren. Dabei werden die Warzen für drei bis fünf Tage mit Salicylsäure vorbehandelt, anschließend der Wirkstoff der PDT auf die Warze aufgetragen (okklusiv).

Eine weitere Option ist die intraläsionale Injektion von Bleomycin. Das stelle aber ebenfalls keine Standardtherapie dar und werde nur in Ausnahmefällen gemacht: „Man kann das in Erwägung ziehen bei hartnäckigen Warzen beziehungsweise wenn sehr viele Warzen immer wieder auftreten, die Nägel und das Nagelbett befallen“, erläutert Ockenfels.

Denjenigen Patientinnen und Patienten, die wiederholt unter Genitalwarzen leiden, sollte eine Impfung empfohlen werden.

## Vitamin-D-Spiegel bestimmen

Ockenfels gab noch einen abschließenden Tipp: „Denken Sie an das Immunsystem!“ Zum Beispiel bei Kindern, von denen manche immer wieder Plantarwarzen entwickeln. Hier könnte eine gestörte Abwehr ursächlich sein. Es gelte dann unter anderem, den Vitamin-D-Spiegel zu bestimmen und bei Bedarf zu supplementieren.

Was in manchen Fällen auch hilft: „Täglich ein heißes Fußbad über zwei bis drei Monate mit einer Temperatur, die knapp unter der Verbrennungsgrenze ist“, erklärt Ockenfels. „Viren mögen keine Hitze.“

Teilweise werden die Patientinnen und Patienten ihre Warzen damit los – allerdings müssen sie bei dieser Methode extrem vorsichtig sein, da es schnell zu Verbrennungen kommen kann, wenn das Wasser zu heiß ist.