

Wratten en schimmels

Documenten op de site van de GGD. Januari 2016

<http://www.ggdlimburgnoord.nl/Diensten/Gezondheidsinfo/GGD-Folders-en-informatiebrieven/Waterwratten>
<http://www.ggdlimburgnoord.nl/Diensten/Gezondheidsinfo/GGD-Folders-en-informatiebrieven/Wratten-op-voeten-of-handen>
<http://www.ggdlimburgnoord.nl/Diensten/Gezondheidsinfo/GGD-Folders-en-informatiebrieven/Zwemmerseczeem---weg-ermee!>

RIVM, voor de meest actuele informatie over infectieziekten en gezondheidsrisico's.
<http://www.rivm.nl/dsresource?objectid=rivmp:58118&type=org&disposition=inline>

Waterwratten

Veel jonge kinderen hebben last van waterwratten.

Hoe herkent u waterwratten?

Het zijn kleine, maximaal erwtgrote, glanzende parelmoerachtige verhevenheden van de huid. U kunt ze aantreffen onder de oksel, in de knieholte en in de elleboogsplooi. Ook op de voorzijde van de romp en in het gebied van de geslachtsdelen en anus ziet u ze wel eens. U ziet ze nooit op handpalmen of voetzolen.

Hoe ontstaan waterwratten?

Waterwratten worden veroorzaakt door een virus. Door direct lichamenlijk contact met besmet materiaal kan een besmetting worden opgelopen.

De besmettelijkheid is niet precies bekend; waarschijnlijk zolang als het wratje aanwezig is.

Moet u iets aan deze wratten doen?

Aangezien deze soort wratten meestal na maanden weer verdwijnt (soms pas na meer dan 1 jaar) is therapie in principe niet nodig. Als deze wratjes in grote aantallen voorkomen of ontstoken raken (vaak door openkrabben wegens jeuk) wordt geadviseerd contact op te nemen met de huisarts of de GGD

Wratten op voeten of handen

Veel kinderen hebben wratten: in de leeftijd van 6 tot 10 jaar heeft één op de tien kinderen er last van. Als een kind eenmaal wratten heeft gehad, dan loopt het meer kans deze opnieuw te krijgen. Wratten kunnen overal op het lichaam voorkomen. Deze folder behandelt alleen de wratten op voeten en handen.

Hoe herkent u wratten?

Wratten komen alleen én in groepjes voor. Meestal zitten wratten langs de vingernagels, op de handruggen en/of onder de voeten. Ze zijn huid tot bruinkleurig. Wratten onder de voeten lijken vaak op een eeltplek of een likdoorn, maar hebben een ruw oppervlak. Er zitten vaak kleine zwarte spikkeltjes in de wrat.

Hoe ontstaan wratten?

Wratten worden veroorzaakt door een wrattenvirus. Hiervan zijn veel typen. Door direct lichamenlijk contact met besmet materiaal kan een wrattenbesmetting worden opgelopen.

Moet u iets aan wratten doen?

De meeste wratten (65%) verdwijnen vanzelf. Dit kan plotseling gebeuren, maar ook enkele jaren duren omdat het lichaam tijd nodig heeft om voldoende afweer op te bouwen. Als een kind er geen last van heeft, hoeven ze niet te worden behandeld. Blijf er dan ook van af, anders worden het er steeds meer.

Wratten onder de voet hebben minder kans om vanzelf te genezen: omdat er steeds wrijving is bij het lopen. Ook kunnen voetwratten nogal eens pijn gaan doen, vooral als ze op bepaalde drukpunten van de voet zitten. De huid kan op die plaats geïrriteerd raken, waardoor de kans op andere infecties groter wordt. Pijnlijke voetwratten kunnen daarom het beste behandeld worden.

Hoe worden wratten behandeld?

Er zijn verschillende behandelingsmethoden voor wratten. Geen enkele manier garandeert 100% succes. Bij kinderen is het aan te raden om wrattentinctuur te gebruiken (bij de drogist of apotheek verkrijgbaar). Lees de gebruiksaanwijzing vooraf goed door! Deze methode van wrattentinctuur is het minst pijnlijk. Een andere methode is het door de huisarts bevriezen van de wratten. Dit is nodig als de wrattentinctuur niet helpt en de wratten per se verwijderd moeten worden.

Kunnen wratten voorkomen worden?

Wratten zijn niet te voorkomen. Wel kunt u de kans op infectie verkleinen:

- droog na het douchen/zwemmen/ sporten de voeten goed af, ook tussen de tenen;
- houd in het algemeen de voeten zo droog mogelijk;
- draag niet langer dan noodzakelijk rubberen laarzen;
- krab of pluk niet aan bestaande wratten;
- bijt bij wratten op de vingers niet op nagels en zuig niet op duim of vingers

Zwemmerseczeem Weg ermee!

Wat is zwemmerseczeem?

Zwemmerseczeem is een aandoening van de huid tussen de tenen. In de meeste gevallen is er sprake van een grijsachtige witte uitslag of schilfering van de huid tussen de tenen. Het kan ook gepaard gaan met jeukende blaasjes of pijnlijke kloven. Zwemmerseczeem begint bijna altijd als een infectie tussen de kleine teen en de teen ernaast. Daarna kan het zich verspreiden naar de huid tussen de andere tenen en naar andere delen van de voet.

Hoe ontstaat zwemmerseczeem?

Vooral in ruimtes waar mensen op blote voeten lopen, is kans op besmetting met zwemmerseczeem groot. Bijvoorbeeld douches van sporthallen, zwembaden en sauna's. Daarnaast wordt het oplopen van zwemmerseczeem bevorderd door:

- de voeten te vaak met zeep te wassen
- de voeten na het wassen niet goed af te spoelen
- de voeten na het wassen niet goed af te drogen
- vochtige voeten als gevolg van zweetvoeten, synthetische sokken of slecht ventilerende of knellende schoenen.

Voorkom zwemmerseczeem door:

- badslippers te dragen in gemeenschappelijke douches
- niet te veel zeep te gebruiken bij het wassen van de voeten
- de voeten na het wassen altijd goed af te spoelen
- de voeten na het wassen of zwemmen altijd goed, dat wil zeggen teen voor teen, af te drogen
- elke dag schone sokken of kousen aan te trekken
- sokken met zo min mogelijk synthetische stoffen te dragen
- schoenen te dragen die goed ventileren en niet knellen
- binnenshuis de schoenen uit doen

Waarom komt zwemmerseczeem zo vaak terug?

Zwemmerseczeem komt zo vaak terug, omdat we meestal niet genoeg doen om het te voorkomen. Hierdoor blijft de kans op besmetting aanwezig. Bovendien kan een infectie maanden tot jaren onopgemerkt en zonder klachten aanwezig blijven en bij gunstige omstandigheden (warme, vochtige voeten) ineens weer de kop op steken.

De behandeling van zwemmerseczeem

Er zijn diverse goede middelen tegen zwemmerseczeem verkrijgbaar bij apotheek of drogist. De behandeling helpt alleen als u deze zorgvuldig uitvoert: het is belangrijk dat u het behandelingsvoorschrift goed opvolgt. Ook als er niets meer te zien is, moet u de behandeling nog enige tijd voortzetten. Als het zwemmerseczeem na de behandeling weer terugkomt dan is het belangrijk dat u meteen weer opnieuw begint met de behandeling. Probeer ook de maatregelen ter voorkoming nog beter toe te passen