

**DIABETES**

**Oft vermeidbar**

Mit zwölf Prozent Diabetikern unter den 20-bis 79-Jährigen liegt Deutschland in Europa an erster Stelle und auf Platz sechs von 165 Ländern weltweit. Dabei leiden 90 Prozent der Betroffenen unter Diabetes Typ 2, der Form der Erkrankung, die sich in vielen Fällen vermeiden lässt. Als einer der wesentlichen Auslöser von Diabetes gilt Übergewicht. » SEITEN 4 & 5

**TELEMEDIZIN**

**Virtueller Hausbesuch**

Risiko-Patienten können mit neuer Kommunikationstechnologie aus der Ferne überwacht werden. Mediziner sehen darin auch eine Strategie gegen Ärztemangel. GESUND zeigt mit einem großen Schaubild, wie die Telemedizin funktioniert. » SEITEN 8&9

**BACKEN**

**Hermann und Siegfried**

Der Sauerteig für Kuchenfreunde wird nach dem Kettenbrief-Prinzip weitergegeben. Er heißt Hermann oder Siegfried. Wie Sie damit backen können, lesen Sie auf » SEITE 6

**KINDERFÖRDERUNG**

**Mithelfen lassen**

Wer sein Kind für die Schule vorbereiten will, lässt es im Haushalt schon frühzeitig mithelfen. Es sollte aber ein spielerischer Weg sein, die Kinder in Alltagsfähigkeiten einzubinden und damit deren Feinmotorik zu trainieren. » SEITE 14

**SUCHTPOTENZIAL**



Diese „Warzen“ sind Teil einer Kunstaktion  
FOTO: P&OPA

# Mysterium Warze

**VIREN** Die Hautwucherungen lassen manche Menschen verzweifeln. Denn Warzen halten sich oft hartnäckig. Selbst Schulmediziner probieren alternative Methoden. » SEITEN 2 & 3

Freitag, 13. November 2009

## ZUR SACHE

VON BARBARA DÖTSCH



### Was wirkt?

Ausbrennen, verätzen, herauschneiden, ver-eisen. Die Methoden, um Warzen loszuwerden, sind meist schmerzhaft, hinterlassen Narben und können dennoch keinen 100prozentigen Erfolg garantieren. Da soll der Gefäßlaser zum Beispiel an der Wurzel die Blutgefäße verschließen und der Warze die Nahrung entziehen. Bei der Wira-Therapie werden die wärmeempfindlichen Warzenviren mit wasser-gefiltertem Infrarot-Licht bestrahlt, und bei der photodynamischen Therapie kommt ein Medikament in Cremeform mit Lichtsensibilisator zum Einsatz, die die veränderten Zellen dann durch Bestrahlung verbrennen soll. Dennoch bleibt die Wirkung bei einigen Betroffenen aus. In Briefen und Mails beschrieben uns unsere Leser ihre bis zu zehn Jahre währenden Martyrien, die sie im Kampf gegen ihre Warzen über sich ergehen ließen. Am Ende war die Hautveränderung dann durchaus größer als je zuvor und hatte sich im schlechtesten Fall auch noch vermehrt. Ist Warzenfreiheit so viel Schmerz wert? Ja, denn die Betroffenen leiden meist mehr unter dem optischen Makel von vulgären Warzen an Händen und im Gesicht, sie leiden unter den Schmerzen, die ihnen Dornwarzen

## Rituale in der Uniklinik

**WARZEN** Schulmediziner behandeln mit Sprüchen ähnlich wie „Wunderheiler“

VON BARBARA DÖTSCH

Sie sind lästig, hässlich und oft hartnäckig: Warzen. Da es bislang aber weder zuverlässige Therapien noch Medikamente gegen die meistens durch Humane Papillom Viren hervorgerufene Hautwucherung gibt, gehen selbst Schulmediziner alternative Wege. Sie behandeln Patienten mit Ritualen und Sprüchen ähnlich wie „Wunderheiler“. Und sie haben in bis zu 80 Prozent der Fälle Erfolg mit dieser Methode.

„Warze alt. Warze kalt. Warze ab.“ Mit dieser laut gesprochenen Formel behandelt der Leiter der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie an der Justus-Liebig-Universität Gießen seine Patienten mit vulgären Warzen an Händen und Füßen. Zusätzlich gibt Professor Uwe Gieler dann noch 6-prozentige Kochsalzlösung auf die vulgären Warzen an Händen und Füßen, die

loge und Psychologe ist. So könnten Eltern die Methode auch gut selbst bei ihren Kindern anwenden. Ihnen empfiehlt Gieler die Rituale aus der Volksmedizin mit Bindfäden und Löwenzahn um Mitternacht.

### Naturwissenschaftliche Erklärung für den Effekt des Besprechens

Für Gieler lässt sich der Effekt des Besprechens naturwissenschaftlich erklären. Demnach aktivieren Suggestion und Erwartung des Patienten jene Bereiche des Gehirns, die unabhängig vom Bewusstsein arbeiten und über Botenstoffe das Immunsystem beeinflussen können. Die körpereigene Abwehr werde aktiviert, auch die Warzenviren zu bekämpfen. „Allerdings“, so Gieler, „haben Warzen auch eine hohe Spontanheilungsrate von bis zu 70 Prozent innerhalb von drei Monaten.“ 80 Prozent aller Warzen kommen im Kindesalter vor, wenn das



Bei diesem Jungen wird eine Warze an der Hand verodet

FOTO: P. A. OKAPA

unter Fußsohlen bei Laufen bereiten, und sie leiden unter der Angst vor Krebs, den die Feigwarzen auslösen können. Auf der Suche nach Heilung setzen die Menschen ihre Hoffnung selbst auf ungewöhnliche Methoden. Wunderheiler nennen es Besprechen, Ärzte Suggestion. Ob nun ein aktiviertes Immunsystem durch ein mittelalterliches Ritual oder Vereisen die Warze verschwinden lässt: Was wirkt hat recht.



# GESUND

» [www.abendblatt.de/gesund](http://www.abendblatt.de/gesund)

Mehr zu den Themen Gesundheit, Medizin, Ernährung, Psychologie und Fitness sowie ergänzende Informationen zu Schwerpunkt-Themen dieses Heftes finden Sie in unserem Internetangebot.

## GESUND IMPRESSUM

Eine Beilage im **Hamburger Abendblatt**

REDAKTIONSLEITUNG Christian Seel (V.i.S.d.P.)

Sabine Abel, Manfred Pantförder

REDAKTION Ela Dobrinkat, Barbara Dötsch,  
Dieter Weirauch, Torsten Wendlandt

TELEFON 040-3472 40 20

E-MAIL [gesund-redaktion@abendblatt.de](mailto:gesund-redaktion@abendblatt.de)

INTERNET [www.abendblatt.de/gesund](http://www.abendblatt.de/gesund)

ANZEIGEN Michael Wittke (V.i.S.d.P.)

TELEFON 040-3472 40 50

E-MAIL [gesund-anzeigen@abendblatt.de](mailto:gesund-anzeigen@abendblatt.de)

VERLAG UND DRUCK

Axel Springer AG  
Axel-Springer-Platz 1  
20350 Hamburg

nach dem Verdampfen Salzkristalle hinterlassen. Effekthocherlei, die wirkt. Natürlich hat Gieler auch immer wieder Patienten, die die Besprecher-Methode für Scharlatanerie halten. Dabei haben er und Kollegen anderer Kliniken die Wirkung dieser Suggestion mit Studien wissenschaftlich nachgewiesen.

### Bis zu 90-prozentige Heilung mit Placebo-Methoden

Eine Studie hat Gieler selbst an der Universitäts-Hautklinik in Marburg initiiert. Dort wurde bei zehn Kindern eine Behandlung mittels Röntgenstrahlen simuliert. „Wir haben die Kinder unters Röntgengerät gesetzt, ihnen Bleischürzen angelegt und dann aber nur die laute Kühle der Maschine angeschaltet. Die Kinder hatten den Eindruck, dass etwas Bedeutendes passiert“, erinnert sich Gieler. Bei 90 Prozent der kleinen Patienten verschwanden die Warzen. Auch andere Studien mit ähnlichen Placebo-Methoden wie Hypnose an der Tulane Medical School of New Orleans ergaben bei 41 Patienten eine Heilungsrate von 70 bis 80 Prozent. „Das soll eine herkömmliche Therapie erst mal nachmachen“, sagt Gieler. Zumal die Behandlung von vulgären Warzen mit Lasern, Vereisern, Brennern und Skalpell mit Schmerzen und meist auch mit Narben einhergeht, was er vor allem Kindern nicht zumuten mag.

Deshalb praktizieren offenbar auch immer mehr von Gielers Kollegen die Suggestionen-Methode. 50 Prozent, so schätzt er. Suggestion sei nichts anderes als das, was Warzenbesprecher praktizieren, und eine alt bewährte Methode in der Psychotherapie, so Gieler, der Dermatolo-

gen statt Operieren entscheiden, raten Gieler und Warzenbesprecher wie der Kisdorfer Egon Maack zum Arztbesuch. Denn „nicht alles, was nach Warze aussieht, ist auch eine“, sagen beide. Hinter ähnlich aussehenden Hautveränderungen könnten sich ebenso Allergien oder gar Hauttumore verbergen, die nur ein Facharzt diagnostizieren und behandeln sollte. ■

Warum einige Menschen weit mehr betroffen sind als andere, ist bisher nicht geklärt. Aber auch wenn sie sich am Ende fürs Bespre-

## RITUALE UND REZEPTFREIE MITTEL

**VOLKSWEISHEITEN** Das Besprechen hat seine Wurzeln in der Volksmedizin des frühen Mittelalters. Als Viren noch unbekannt waren, galten Krankheiten als Folge von Verzauberung oder als Strafe erzürnter Götter. Heilung bei Warzen sollten Rituale zum Vertreiben der bösen Geister bringen:

Eine angeschnittene **Zwiebel** bei Vollmond über die Warzen streichen und dann eingraben. **Löwenzahnsaft** um Mitternacht über die Warzen streichen und sich vorstellen, wohin die Warzen wandern werden. Eine **Schnecke** bei Vollmond um Mitternacht über die Warzen kriechen lassen. Einen **lila Bindfaden** mit so vielen Knoten versehen, wie man Warzen hat, dann an einen Zweig binden oder eingraben und verröten lassen. So viele **Streichhölzer** wie Warzen in eine Streichholzschachtel legen und diese dann über die linke Schulter werfen. Oder, nicht zur Nachahmung empfohlen: Eine **schwarze Katze** zum Warzenheilen wird in Mark Twains „Tom Sawyer“ erwähnt. Dabei soll man das tote Tier bei Vollmond und um Mitter-

nacht vergraben und Folgendes sprechen: Katze hol die Warze, Teufel hol die Katze.

**DIKAMENTE** Stiftung Waren-test hat die Wirksamkeit von 29 rezeptfreien Medikamenten zur Behandlung von Warzen und Hühneraugen untersucht. Die Lösungen, Salben, Pflaster und Pasten werden zwischen 1,49 und 12,62 Euro angeboten. Die Tester befanden sechs Mittel als geeignet zum Einsatz gegen Warzen, die ausschließlich auf dem Wirkstoff Salizylsäure zum Teil in Kombination mit Milchsäure basieren. Dennoch sei bei keinem Präparat garantiert, dass die Warzen dauerhaft verschwinden.

**VEREISUNG** Eine Vereisung, so die Tester, „macht nur Sinn, wenn sie vom Arzt vorgenommen wird, der über entsprechende Geräte verfügt“. Zur Behandlung sei flüssiger Stickstoff mit einer Temperatur von minus 196 Grad Celsius erforderlich. Geräte zur Heimanwendung erreichten höchstens minus 30 Grad. Mehr dazu im „Handbuch Rezeptfreie Medikamente“, 700 Seiten, für 29,90 Euro.



## TYPEN WARZEN RUND UND TIEF



**Stachelwarzen** werden auch vulgäre Warzen genannt. Die Haut verhornt zu stecknadelkopfbis erbsengroßen Wucherungen. Sie treten vor allem im Gesicht und an den Händen auf. Durch

Kratzen und Knibbeln können sich Tochterwarzen bilden.

**Juvenile** Warzen sind flache, weiche, nicht entzündliche Pappeln auf der Haut mit einem Durchmesser von 1 bis 5 Millimetern. Meist sind sie kaum sichtbar und treten in Gruppen auf. Vor allem Kinder und Jugendliche sind im Gesicht, am Hals, an Handrücken und Schienbeinen betroffen. Beginnen die Warzen sich zu rötten und anzuschwellen, heilen sie ab.



**Dornwarzen**, auch als Sohlenwarzen oder plantare Warzen bezeichnet, befallen vor allem die Füße. Sie wachsen dornartig tief und schmerzen beim Auftreten. Sie haben eine eher glatte

Beschaffenheit, sehen grau bis braun aus und sind meist größer als andere Warzen.

**Alterswarzen**, als Seborrhoische Keratose bezeichnet, sind kein Virusbefall, sondern eine Verhornungsstörung. Dabei ist die Ablösung der alten Hautschuppen gestört. Manche Alterswarzen sehen Hautkrebs ähnlich und sollten vom Hautarzt begutachtet werden.



# Kraft der Worte

## Leser berichten über ihre Erfolge durch Warzenbesprecher

In der Ausgabe am 15. Mai dieses Jahres stellte GESUND eine Warzenbesprecherin im Porträt vor. Das Leserecho auf diesen Artikel war groß, und bis heute reißt der Strom der Zuschriften und Anrufe von Betroffenen nicht ab, die ihre Erfahrungen schildern. Einige haben uns berichtet, wie ihnen das Besprechen geholfen hat.

So schildert der Gymnasiallehrer **Gerald M.**, wie er drei Jahre lang vergeblich versuchte, seine Warze an der Fußsohle loszuwerden. Doch selbst schmerzhafteste Therapien beim Hautarzt hätten keine Besserung gebracht. „Barfuß über eine Wiese zu laufen, war da kaum noch möglich“, erinnert sich Gerald M.

Nach dreimaligem Besprechen sei die Warze „wie durch ein Wunder“ in nur zwei Wochen komplett verschwunden.

Geschämt habe sie sich in der Schule und unter Freunden für ihre Warzen an den Händen, erzählt **Christine W.** Mit den Mitteln aus der Apotheke habe ihr die Mutter auch nicht helfen können. Nach dem Gang zu einem alten Besprecher seien alle Warzen nach nur knapp zwei Wochen weg gewesen.

Wie sie jahrelang mit ihrer Tochter Sabine litt, berichtete **Andrea B.** Die 20-Jährige war an den Fußsohlen von unzähligen Warzen befallen. So etwas wie „Wunderheiler“ hielt

die Studentin bis dahin für „Hokus-pokus“. Doch alle Heilungsversuche mit Mitteln aus der Apotheke und von Ärzten fehlgeschlagen seien, ließ sie sich doch zu einem Gang zu einer Besprecherin überreden. „Zum Glück“, wie die Mutter erzählt, denn nach drei Wochen seien die Warzen abgeheilt.

Ihr Neffe, so schildert **Marita St.**, sei an den Händen immer wieder von Warzen befallen worden. Die Methoden der Schulmedizin hätten keine Hilfe gebracht, deshalb sei sie auf die Suche nach einem Warzenbesprecher gegangen. Von einem Hautarzt habe Marita St. eine Adresse erhalten. Die Warzen des Neffen seien inzwischen dauerhaft weg. ■

von Hautarzt begutachtet worden.



**Dellwarzen**, als Wasserwarzen bekannt, sind kugelförmige Knötchen. Sie sehen hautfarben, weiß oder transparent aus und haben in der Mitte eine Delle. Aus einer kleinen Öffnung kann dort durch Druck dickflüssige, ansteckende, weiße Masse austreten.

**Feigwarzen**, auch Genital- oder Feuchtwarzen genannt, sind die gefährlichste Warzenart. Auslöser sind Papillomviren, von denen einige das Risiko erhöhen, an Gebärmutterhals- oder Peniskrebs zu erkranken. Hautwucherungen von wenigen Millimetern Größe können in Gruppen auftreten.

**Pinselwarzen** befallen vor allem ältere Menschen. Sie bilden sich an Augenlidern, Lippen, Nase oder Hals. Sie sehen weiß bis dunkel Rosa aus. Die stielartigen Hautwucherungen werden durch Waschen, Abtrocknen oder Rasieren gereizt und verletzt. So können sie sich vermehren.

ANZEIGE



## Migränestudie PRIMA

Für Menschen, deren  
Alltag durch **Migräne**  
beeinträchtigt wird.

Diese Studie ist bei den Behörden angezeigt.

Sind Sie:

zwischen 18 und 65 Jahre alt?

und haben pro Monat mindestens 3 Migräneattacken oder 5 Tage mit Migränepkopfschmerzen?

und haben die Symptome einer Aura schon einmal bei sich beobachtet?

und haben bereits mindestens zwei vorbeugende Medikamente eingenommen?

Berlin • Halle • Hamburg • München • Münster

[www.clinlife.de/prima](http://www.clinlife.de/prima) [prima@clinlife.de](mailto:prima@clinlife.de)

Unverbindlich informieren:

**0800 664 80 74**

(dieser Anruf ist für Sie gebührenfrei)

**ClinLife**  
Die europäische Plattform für  
klinische Studien