

## Vårtor

Vårtor är mycket vanligt förekommande, debut vanligast i åldern 12 - 16 år. Det finns flera olika typer av vårtor. Vårtorna är harmlösa. 65 % läker spontant inom loppet av 2 år.

## Behandling

Det är svårt att få bort vårtor och många olika behandlingsförslag finns. Rutinbehandling av varje vårta är inte önskvärd. Egenvård är viktigast!

Väljer man att behandla vårtorna bör behandlingen pågå minst tre månader.

### **För att behandlingen ska lyckas är det viktigt att följa nedanstående behandlingsråd**

- Tag ett varmt hand- eller fotbad i 10 minuter.
- Skrapa eller fila med nagelfil bort förtjockat hudlager.
- Pricka in vårtmedel med en tandpetare eller "vässad" tändsticka. Efter någon minut blir ytan vitaktig. Upprepa proceduren. Sätt på skavsårsplatta.  
Alternativ: använd vårtplåster, bruksanvisning medföljer förpackning.
- Behandlingen ska upprepas flera gånger/vecka tills vårtan är helt borta. Det tar cirka tre månader.

Vid belastningssmärter ska förhårdnader runt vårtan filas eller skrapas bort och området ska sedan täckas med t.ex. Duoderm/Comfeelplatta eller avlastas med en avlastningsring. Avlastning är viktig!

### **Vid frågor kontakta din distriktsläkare**