Wratten bij diabetes of een verminderde afweer

Wanneer je eerder overlegt en minder zelf doet

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met diabetes, een slechte doorbloeding, minder gevoel in de voeten of een verminderde afweer. Bij jou vraagt een wrat om extra voorzichtigheid. Een klein wondje kan bij jou slecht genezen.

Diabetes en voeten

Bij diabetes kan het gevoel in je voeten minder worden en kan de doorbloeding slechter zijn. Een wondje voel je dan soms niet en het geneest langzaam. Wat bij een ander een blaar geeft, kan bij jou een wond worden die lang openblijft.

- Gebruik geen salicylzuur, mierenzuur, thuisbevriezers of ander middel dat de huid aantast, zonder overleg.
- Snijd, knip of vijl niet zelf in een wrat of eelt.
- Laat een plek op je voet altijd zien aan je huisarts, praktijkondersteuner, podotherapeut of medisch pedicure.
- Kijk elke dag naar je voeten, ook tussen de tenen.

Een slechte doorbloeding

Heb je vaatproblemen in de benen of etalagebenen, dan geldt hetzelfde. Een wondje aan de voet geneest slecht. Overleg altijd voordat je een wrat behandelt.

Een verminderde afweer

Je afweer kan minder zijn door een ziekte of door medicijnen. Denk aan prednison, methotrexaat, middelen na een transplantatie, chemotherapie of biologische medicijnen. Je krijgt dan vaker wratten. Ze worden groter, er komen er meer en ze gaan minder snel vanzelf weg.

Bij een verminderde afweer is niet elke plek die op een wrat lijkt ook een wrat. Na een transplantatie is de kans op huidkanker groter. Laat nieuwe of veranderende plekken daarom altijd zien.

Wat je zelf kunt doen

- Ga eerder naar de huisarts, ook als je geen alarmsignalen ziet.
- Vertel bij elke zorgverlener welke medicijnen je gebruikt.
- Houd je huid soepel en heel. Smeer een droge huid elke dag in.
- Krab en peuter niet aan wratten.

Ouderen

Bij ouderen komen gewone wratten weinig voor. Een nieuwe ruwe plek op de handrug, het gezicht of een kaal hoofd is daarom eerder iets anders, zoals een ouderdomswrat of een voorstadium van huidkanker. Laat zo'n plek zien voordat je hem behandelt.

Neem contact op met je huisarts bij:

- elke wrat of plek op je voet als je diabetes of een slechte doorbloeding hebt
- een wondje, roodheid of zwelling rond een wrat
- veel of snel groeiende wratten bij een verminderde afweer
- een nieuwe of veranderende plek na een transplantatie

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de NHG-Behandelrichtlijn Wratten (voet- en handwratten), Thuisarts en het e-book Wratten ontcijferd (Huidopleiding, 2026). Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.