Wratten bij kinderen

Voor ouders: afwachten, behandelen en wat je tegen je kind zegt

Het doel van deze folder

Deze folder is voor ouders van kinderen met wratten. Wratten zijn bij kinderen heel gewoon. Ze gaan meestal vanzelf weg. Je leest wanneer behandelen zinvol is en hoe je dat samen met je kind doet.

Wratten gaan vaak vanzelf weg

Bij kinderen sneller dan bij volwassenen.



Hoe vaak wratten voorkomen

Ongeveer een op de drie kinderen op de basisschool heeft wratten. Bij vierjarigen is dat ongeveer een op de zeven, bij elfjarigen bijna de helft. Veel ouders hebben de wratten van hun kind nog niet eens gezien.

Kinderen krijgen vaker wratten omdat hun afweer het virus nog niet kent. Ze lopen vaak op blote voeten, hebben veel huidcontact en krijgen sneller kleine wondjes.

Afwachten

Bij kinderen gaan wratten sneller vanzelf weg dan bij volwassenen. Na een jaar is ongeveer de helft weg, na twee jaar twee derde. Heeft je kind er geen last van, dan hoef je niets te doen. Afwachten is de rustigste keuze voor je kind.

Wanneer behandelen zinvol is

- De wrat doet pijn, bijvoorbeeld een voetwrat bij lopen of sporten.
- Je kind schaamt zich of wordt gepest.
- Je kind blijft eraan peuteren of bijten, waardoor er steeds meer komen.

Zo behandel je samen

Vanaf ongeveer zes jaar kun je salicylzuur gebruiken, met jouw hulp. Doe het elke dag op een vast moment, bijvoorbeeld na het tandenpoetsen. Week, vijl, bescherm de huid eromheen, smeer en doe er een pleister op. Houd het acht tot twaalf weken vol, maximaal drie maanden. Een kalender met stickers helpt om vol te houden.

Mierenzuur is een mildere keuze als je kind salicylzuur niet goed verdraagt. Bevriezen bij de huisarts doet pijn. Veel jonge kinderen vinden dat te eng.

Uitleg aan je kind

- Een wrat is een klein bultje door een virus. Iedereen kan het krijgen.
- Het is niet vies en het is niet jouw schuld.
- Hij gaat meestal vanzelf weg. Dat kan wel even duren.
- Niet krabben, bijten of peuteren. Dan komen er meer.

School, sport en zwemmen

Je kind mag gewoon naar school, gym, zwemles en de sportclub. Afdekken is niet nodig. Geef je kind een eigen handdoek mee. In een gedeelde douche kan je kind slippers dragen. Dat het wratten voorkomt, is niet bewezen.

Niet doen

- Geen huismiddeltjes zoals knoflook, azijn, oliën of tape. Het is niet bewezen dat ze beter werken dan niets doen, en ze kunnen de huid beschadigen. Jonge kinderen kunnen ze ook in hun mond stoppen.
- Niet snijden, knippen of branden.
- Geen salicylzuur in het gezicht of onder de nagel. Rond de nagel mag het, op enige afstand van de nagelriem.

Ga met je kind naar de huisarts bij:

- een wrat rond of onder een nagel
- een wrat in het gezicht die je wilt laten behandelen
- een plek die bloedt, snel groeit of er anders uitziet dan een wrat
- heel veel wratten, of een kind met een verminderde afweer
- wratten bij de geslachtsdelen of de anus

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.