Zelf een wrat behandelen met salicylzuur

Zo doe je het, hoe lang het duurt en wanneer je stopt

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen die een hand- of voetwrat zelf willen behandelen, en voor ouders die dat bij hun kind doen. Salicylzuur is de eerste stap bij zelf behandelen. Het werkt alleen als je het goed en lang genoeg doet.

Zelf een wrat behandelen in vijf stappen

Met salicylzuur. Elke dag, ook als je nog niets ziet.



Hoe salicylzuur werkt

Salicylzuur maakt de dikke hoornlaag van de wrat zacht. Zo haal je laagje voor laagje de wrat weg. Het prikkelt ook de huid, zodat je afweer het virus beter opruimt. Het werkt langzaam. Je ziet vaak pas na een paar weken verschil.

Welk middel je gebruikt

Bij de drogist en de apotheek koop je middelen met salicylzuur, als vloeistof, zalf of pleister. Die zijn meestal zwakker dan 40 procent. De huisarts adviseert salicylzuur 40 procent. Vraag bij de apotheek welk middel je hebt en hoe sterk het is.

Heb je last van irritatie? Smeer dan om de dag, of gebruik een zwakker middel van 20 procent.

Zo doe je het, elke dag

1. Week de wrat vijf minuten in warm water, bijvoorbeeld na het douchen. Droog goed af.
2. Vijl het witte, zachte eelt voorzichtig weg. Gebruik een eigen vijl of puimsteen, alleen voor de wrat. Stop als het pijn doet of bloedt.
3. Smeer vaseline op de gezonde huid rond de wrat. Je kunt ook een pleister met een gaatje gebruiken.
4. Breng het salicylzuur alleen op de wrat aan. Laat het drogen.
5. Doe er een pleister op en laat die zitten tot de volgende dag.

Was na het smeren je handen. Gooi wat je gebruikt hebt weg, of houd het apart.

Hoe lang je smeert

Reken op acht tot twaalf weken. Ga door tot de wrat weg is en de lijntjes van de huid weer doorlopen. Stop na drie maanden. Langer doorgaan helpt niet beter. Stop niet te vroeg: dat is de belangrijkste reden dat salicylzuur niet werkt.

Gebruik de behandelkalender om elke dag af te vinken. Zo zie je hoe het gaat.

Wat normaal is

- De huid van de wrat wordt wit en zacht.

- Een beetje prikken of branden tijdens het smeren.
- De huid rond de wrat wordt wat rood.

Wanneer je stopt

- De huid rond de wrat doet erg pijn, wordt erg rood of gaat ontsteken.
- Er ontstaat een wondje of de wrat gaat bloeden.
- Na drie maanden goed smeren is de wrat niet kleiner. Ga dan naar de huisarts.

Niet doen

- Gebruik geen salicylzuur in het gezicht, op de geslachtsdelen of onder de nagel.
- Gebruik het niet zonder overleg met je huisarts als je diabetes, minder gevoel in je voeten, een slechte doorbloeding of een verminderde afweer hebt.
- Snijd, knip of brand niet in de wrat.
- Gebruik de vijl niet voor de rest van je huid of je nagels.

Andere middelen bij de drogist

Er zijn ook middelen met mierenzuur en middelen om een wrat thuis te bevriezen. Mierenzuur is een mildere keuze, bijvoorbeeld voor kinderen die salicylzuur niet goed verdragen. Er is minder onderzoek naar gedaan. Middelen om thuis te bevriezen worden minder koud dan het bevriezen bij de huisarts en werken minder goed. Ze zijn lastig goed te gebruiken en kunnen een blaar of brandwond geven. Gebruik ze niet bij kinderen.

Kinderen

Bij kinderen gaan wratten vaak vanzelf weg. Behandel alleen als je kind er last van heeft. Vanaf ongeveer zes jaar kun je salicylzuur gebruiken, met hulp van een ouder. Maak er een vast moment van, bijvoorbeeld na het tandenpoetsen.

Neem contact op met je huisarts bij:

- veel pijn, roodheid, zwelling of pus rond de wrat
- een wrat die gaat bloeden of een wondje dat niet geneest
- een wrat die na drie maanden elke dag smeren niet kleiner is
- diabetes of een slechte doorbloeding, voordat je begint
- twijfel of het een wrat is

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.