



# Hvordan får man vorter?

[Vorter](#) – små, ru hudutvekster som kan oppstå hvor som helst på kroppen – er svært vanlig og det spesielt blant barn. Hvordan får man vorter og [fotvorter](#)? Vorter forårsakes av humant papilloma virus (HPV), et relativt harmløst virus som kommer inn i kroppen via skadet og tørr hud. Viruset infiserer cellene som former det ytre laget med hud og bryter ut som vorter eller fotvorter normalt i løpet av to til seks måneder.

## Smitte skjer vanligvis ved:

- Direkte kontakt. Vorter kan spres fra person til person gjennom håndtrykk eller annen hud-til-hud-kontakt. Vorter kan spres fra en del av kroppen til en annen del ved å ta på en eksisterende vorte og så ta på skadet hud et annet sted på kroppen.
- Indirekte kontakt. Vorter kan smitte ved å ta på et objekt som har vært i kontakt med en infisert person sånn som et håndkle, et barberblad eller fuktige gulv i et badrom eller i offentlige områder der du normalt går barføtt.

## Er vorter smittsomt?

HPV er svært smittsomt, men å komme i kontakt med viruset resulterer ikke alltid i vorter. Man regner oftest med at smitte skjer via direkte kontakt (også mellom steder på deg selv) mellom personer/ting, i folkebad, i dusjen på trening og lignende steder(NHI.no).

## Barn og personer med nedsatt immunforsvar

Hvem som helst kan få en vorte og ca. 10% av befolkningen er smittet. Om ditt immunforsvar er redusert på grunn av sykdom, er det mer sannsynlig at du kan bli smittet av vorter. Barn har også en høyere risiko for å få vorter fordi deres immunforsvar ikke er fullt utviklet. En tredjedel av alle barn mellom 4 og 12 år er smittet med vortevirus.

## Spredning innen familien

I følge en nederlandsk undersøkelse<sup>1</sup> har barn som har et familiemedlem med vorter en høyere risiko for å bli smittet.

## Skole og barnehage

Graden av HPV-eksponering i skolen bidrar til utviklingen av vorter hos skolebarn. Konsekvensen av det er at i land hvor det er vanlig å gå i barnehage har en høyere grad av [vorter hos barn](#).

## Livsstil

Vorter spres gjennom frigjorte hudceller som er infisert med viruset. Badrom og offentlige områder som for eksempel garderobes og svømmebasseng der du vanligvis går barføtt kan øke risikoen for infeksjon.

Ved å følge disse retningslinjene kan du redusere risikoen for å smittes av HPV:

- Ikke ta på vorter. Vask hendene regelmessig, men ikke gjør det overdrevet. Har du vært i kontakt med viruset, kan du vaske det av før det kommer borti skadet hud.
- Tørk hendene ordentlig og bruk fuktighetskrem. Tørking av hendene og påføring av fuktighetskrem vil

forebygge at de blir tørre og utsatt for HPV-virus.

- Ikke del fottøy. HPV kan finnes i sko og sokker hos bærere.
- Ikke del personlige hygieneprodukter. Håndklær, barberblad, deodoranter, kosmetikk og mange andre personlige produkter kan overføre HPV.
- Unngå å bite negler. Neglebiting kan forårsake rifter i hud som viruset kan trenge gjennom.
- Hold deg i form. Et sterkt immunforsvar er det beste forsvaret mot vorter og fotvorter.
- Unngå å gå barføtt i offentlige områder. Hvis du går regelmessig i treningsstudio eller i offentlige svømmehaller, bør du bruke flip-flops eller andre sko med gummisåler for å forebygge fotvorter.

## Vortebehandling

Hvis du allerede har pådratt deg vorter, er den beste måten å hindre spredning å behandle dem med en effektiv vortefjerningsløsning som VorteFri. Vorter kan være utfordrende å bli kvitt, men hvis du starter behandlingen når du oppdager de første [symptomene på vorter](#), har du en større sjanse for fjerne vortene.

Kilder:

<sup>1</sup> *Warts in primary schoolchildren: prevalence and relation with environmental factors. British Journal of Dermatology. F.M. van Haalen, S.C. Bruggink, J. Gussekloo, W.J.J. Assendelft and J.A.H. Eekhof. 2009.*



## VorteFri – En effektiv løsning

VorteFri er en effektiv topisk oppløsning for selvjerning av vorter på hender, føtter og kropp.

## Vorter hos barn

Barn får ofte vorter, hvorfor får mitt barn vorter og hva er den beste metoden for å fjerne vorter?

## Symptomer på vorter

Vortesymptomer kan variere i stor grad. Hva er de vanligste tegnene?