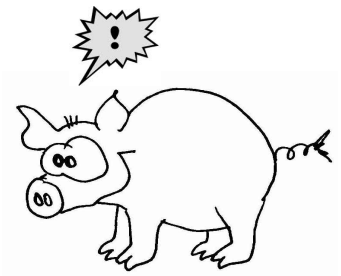




Stand: Dezember 2012

## Die „Warzenschwein-Methode“ gegen Feigwarzen

### I. Einleitung



Hallo, liebe Leserin, lieber Leser!

Schön, dass Du Dich entschieden hast, meine kleine Info-Broschüre über Feigwarzen herunter zu laden. Ich hoffe sehr, dass ich Dir damit ein paar Tipps und Informationen geben kann, die Dir hilfreich sein werden. Ganz kurz zu meiner Person: Ich bin männlich und 40 Jahre alt.

Ich vermute, dass es Vielen so ähnlich ging wie mir: Urplötzlich stellt man im Intimbereich etwas fest, das so aussieht wie eine Warze, oder vielleicht ein Pickel. Eventuell sind es sogar mehrere oder es kommen im Laufe der Zeit noch welche hinzu. Man fängt an sich Gedanken zu machen, betrachtet diese Veränderungen genauer und sucht Antworten. Bei mir war es so, dass ich vorher noch nie etwas über Feigwarzen gehört hatte. Ich hatte nicht die geringste Ahnung, was es damit auf sich hat. Wie gut, dass es das Internet gibt... also habe ich zunächst einmal nach Geschlechtskrankheiten gegoogelt und schon nach kurzer Zeit fand ich mehrere Bilder, die meinen Hautveränderungen sehr ähnlich sahen: Feigwarzen!

Ich kann mich noch gut an diesen Tag erinnern. Es war der erste Tag meines Sommerurlaubs, an dem ich mir die Zeit nahm, mich mit diesen „Warzen“ genauer zu befassen. Und was ich so alles darüber las, machte mich ziemlich fassungslos. Ich war schockiert, beunruhigt, entsetzt und traurig. Ich hatte sogar Angst jetzt Aids haben zu können oder anderweitig schwer erkrankt zu sein. Auf der anderen Seite klammerte ich mich an den Gedanken, dass es vielleicht gar keine Feigwarzen sind. Am nächsten Tag habe ich sofort einen Termin beim Hautarzt vereinbart um endlich wieder Ruhe zu bekommen. Bis zu diesem Termin konnte ich keinen Tag meines Urlaubes genießen. Ich war unruhig und täglich schaute ich mir meine betroffenen Stellen an: „Sind es mehr geworden?“, „sind sie größer geworden?“, „sie sehen wirklich wie Feigwarzen aus“, „nein, ich glaube es sind doch keine Feigwarzen“. Dazu kommen natürlich noch etliche andere Fragen, die ich mir stellte. Z. B. „Wo hast du sie her?“, „jetzt ist Sex erst mal nicht mehr möglich“, „was machst du, wenn du jetzt eine nette Frau kennenlernst?“, „ob sie wohl schnell wieder verschwinden?“, „was wird der Hautarzt fragen und was wird er sagen?“. Dies sind nur einige wenige Gedanken, die mir in den nächsten Tagen in den Kopf kamen und die mich noch lange begleiten sollten... Ich denke, dies macht euch deutlich, wie belastend sich diese (an sich harmlosen) Feigwarzen auf die Psyche auswirken. Von daher kann ich es sehr gut nachvollziehen, wenn Du, liebe Leserin oder lieber Leser, momentan „ziemlich am Boden“ liegst.

Aber ich werde versuchen, Dir mit diesem kleinen „Ratgeber“ Hoffnung zu machen und eine Methode vorzustellen, mit der ich – soviel sei vorweg gesagt – meine Feigwarzen letztendlich besiegt habe. Zugleich möchte ich auch klarstellen, dass diese vielleicht nicht bei jedem funktionieren wird; aber ich habe bereits einige positive Rückantworten erhalten und bisher noch nicht gehört, dass der Erfolg ausblieb. Trotzdem ist mir wichtig, dass die Anwendung der „Warzenschwein-Methode“ auf eigenes Risiko geschieht. Jeder, der Feigwarzen hat, oder meint welche zu haben, gehört zunächst in ärztliche Behandlung! Also: Falls Du es noch nicht getan hast, vereinbare bitte schnell einen Termin beim Hautarzt, bzw. Frauenarzt oder Urologen. Nur so kannst Du auch sicher sein, dass es sich tatsächlich um Feigwarzen handelt.

Nun hast Du Dich sicherlich schon gefragt, warum um alles in der Welt nennt der Verfasser dieser Zeilen seine Behandlung „Warzenschwein-Methode“?!? Nun, bei meiner anfänglichen Recherche zum Thema bin ich auf ein sehr gutes Forum über Feigwarzen gestolpert, dass ich Dir hiermit ans Herz legen möchte: <http://www.med1.de/Forum/HPV/> ist eine tolle Plattform, auf der man sich über das Thema austauschen kann. In diesem Zusammenhang einmal liebe Grüße an alle Benutzer dort! Ihr findet im Forum jede Menge Informationen und Erfahrungsberichte von anderen Betroffenen. Hier hat man auch ein offenes Ohr für Dich, wenn Du Fragen hast oder Dir einfach mal Deinen Frust von der Seele schreiben möchtest. Als ich mich dort anmeldete, habe ich als Benutzernamen den (etwas sarkastischen) Namen „Warzenschwein ausgewählt“. Irgendwann wurde ich dann auf meine „Warzenschwein-Methode“ hin angeschrieben. Ich finde den Begriff recht lustig und passend. Da es mir immer wichtig war, bei allem Elend den Humor zu bewahren, taufe ich meine Behandlung hiermit offiziell die „Warzenschwein-Methode“. :-)

## **II. Erster Besuch beim Hautarzt**

Nach vielen Tagen mehr oder weniger quälender Ungewissheit und vielen offenen Fragen hatte ich nun endlich meinen Termin beim Hautarzt. Ganz klar: Es war mir schon etwas unangenehm. Wer lässt schon vor fremden Leuten gerne die Hose herunter, zumal man vermutlich auch noch eine Geschlechtskrankheit hat? Auf der anderen Seite dachte ich mir aber auch, dass dies für einen Facharzt Alltagsgeschäft ist und er so etwas jeden Tag mehrfach behandelt. Von daher war die Aufregung eigentlich nicht sehr groß. Schließlich sollten die „Dinger“ ja auch behandelt werden und schnellstmöglich wieder weg.

### **Podophyllin**

Also stellte ich mich dem Arzt ganz einfach mit den Worten „ich habe da so etwas wie Warzen an meinem Penis“ vor. Seine Antwort war „das muss ich mir mal ansehen“, was er dann auch tat. Er war der Meinung, dass dies eventuell Feigwarzen sein könnten, aber dies müsse nicht unbedingt der Fall sein. Er tropfte mir etwas auf diese Warzen (ich glaube es waren damals vier kleine Erhebungen, die relativ nah bei einander lagen) und sagte mir, dass dieses Mittel so stark sei, dass nur er es verabreichen dürfe. Es würde vielleicht etwas brennen, dies wäre aber normal. Ein Termin zur Nachkontrolle wurde vereinbart.

In den nächsten Tagen beobachtete ich meine „Warzen“ noch genauer als sonst. Ebenso wollte ich gerne wissen, was das denn für ein Mittel war, das er darauf geträufelt hat. Ich denke, es war „Podophyllin“. Laut Internet ein Wirkstoff, der verhältnismäßig stark ätzend ist und nur vom Arzt angewendet werden darf. Ebenso ergaben meine Recherchen, dass dieser Wirkstoff „aufgrund des krebserregenden Potentials“ heutzutage nicht mehr für die Behandlung von Feigwarzen empfohlen wird. Obwohl nun etwas skeptisch, dachte ich mir „egal, wenn es hilft...“. Die Warzen wurden in den nächsten Tagen tatsächlich kleiner und zum Termin der Nachuntersuchung waren sie fast weg. Die Betonung liegt hier auf „fast weg“, aber der Arzt sah es anders. Er meinte, es wäre alles OK und er würde nur ungern gesunde Hautstellen mit der Lösung behandeln. In der Hoffnung, dass er im Recht ist, verließ ich die Praxis.

Doch leider kam es, wie es kommen musste: Die Warzen (waren es nun eigentlich Feigwarzen?) wurden irgendwann wieder größer und an einer anderen Stelle kamen nun auch welche zum Vorschein. Was dies mit meiner Psyche anstellte, muss ich vermutlich keinem Betroffenen schildern. Und auch hier gibt es leider eine Wechselwirkung: Psyche unten – Körperabwehr unten. Dies sollte man nie vergessen: Das Seelische Wohlbefinden wirkt sich sehr auf den Körper aus!

### **III. Gespräch mit meinem Hausarzt und erster Besuch beim einem anderen Hautarzt**

Das Gespräch mit meinem Hausarzt ist schnell zusammengefasst: Er erstellte mir eine Überweisung zum Hautarzt und fragte „oder soll ich mir sie mal ansehen?“. Das Angebot nahm ich an und er meinte, dass es Feigwarzen sein könnten, aber besser mal ein Facharzt danach sehen sollte. Ein Hinweis von meinem Hausarzt bleibt mir bis heute im Gedächtnis: „Aber ich sage Ihnen sofort, dass Hautärzte mit Feigwarzen nicht viel Aufwand betreiben. Trotzdem sollten Sie es versuchen.“. Erst viel später sollte mir klar werden, was genau er damit meint. Doch dazu noch einmal später...

#### **Condylox**

Kurz danach hatte ich einen Termin bei einem anderen Hautarzt. Dieser erschien mir von Beginn an viel kompetenter. Er sah sich „mein Problem“ gründlich an und stellte sofort die Diagnose „das sind Feigwarzen. Aber es sind nicht viele und sie sind auch noch nicht groß. Die bekommen wir weg!“ Ich erzählte ihm von der vorherigen Behandlung seines Kollegen. Die Antwort war: „Ich verschreibe ihnen ein ähnliches Mittel, das sie aber auch zuhause anwenden können“. Es handelte sich um eine Lösung in einer kleinen Flasche, bei der zum Auftragen kleine Wattestäbchen beiliegen. Der Name ist „Condylox“. Laut Internet ein häufig verschriebenes und wirksames Mittel gegen Feigwarzen. Mein Hautarzt erklärte mir die Anwendung und wir vereinbarten einen Kontrolltermin in einem Monat.

Voller Hoffnung ging ich nach Hause und benutzte die Lösung regelmäßig und nach Vorschrift. Es handelte sich hier auch um eine ätzende Lösung, so ähnlich wie die vom vorherigen Hautarzt angewendete. Ich bemerkte, dass die Feigwarzen tatsächlich zurückgingen. Aber an anderen Stellen kamen immer wieder neue. Leider auch an Stellen, an denen eine Feigwarze schon erfolgreich „bekämpft“ schien. Es war nie dramatisch, aber eine endgültige Heilung gelang so nicht. So kam es dazu, dass ich monatliche weitere Kontrollbesuche beim Hautarzt hatte. Mal sah es gut aus, mal schlechter. Ich benutzte Condylox weiter und auf Anraten des Arztes sogar häufiger und intensiver als es in der Packungsbeilage beschrieben wurde. Aber immer dann, wenn ich dachte „Du hast es geschafft, sie sind fast weg“, kam ein Rückschlag in Form von neuen Feigwarzen. Es kam mir mehr und mehr vor wie ein Kampf gegen Windmühlen – aussichtslos halt... Mein Hautarzt deutete mehr und mehr an, dass es wahrscheinlich Sinn macht, sie wegzubrennen, also sie zu „kautern“. Er meinte, dass gerade die Hitze den Viren sehr zusetzen würde und dies erfolgversprechend sei. Diese Behandlung aber wollte ich unter allen Umständen vermeiden. Nicht, dass ich Angst vor Schmerzen gehabt hätte; vielmehr wollte ich keine bleibenden Narben zurückbehalten.

#### **Aldara**

In der Zwischenzeit habe ich mich natürlich weiter über Feigwarzen informiert und bat ihn, mir die Creme „Aldara“ zu verschreiben. Laut diverser Berichte im Internet soll diese Creme das Immunsystem auf die Viren aufmerksam machen, damit dieses dann die Feigwarzen bekämpft. Also eine Lösung, die das Übel im Ansatz bekämpft. Dies erschien mir schlüssig und auch erfolgversprechend. Mein Hautarzt meinte, dass ich dies gerne versuchen könnte und ich bekam Aldara verschrieben. Es wunderte mich ein wenig, dass ich die Creme sofort und ohne Probleme verschrieben bekam. Denn vielen Kommentaren im Internet ist zu entnehmen, dass Aldara sehr teuer ist und die Ärzte sich deshalb scheuen es zu verschreiben.

Nun begann ich also Aldara nach Vorschrift zu benutzen. In den ersten Tagen geschah überhaupt nichts und ich war enttäuscht. „Da hätte ich auch Nivea nehmen können“, dachte ich mir. Aber nach einiger Zeit bemerkte ich einige kleinere und größere Entzündungen der Haut. Nach Rücksprache mit dem Hautarzt habe ich die Behandlung über den eigentlich vorhergesehenen Zeitraum fortgesetzt. Meine Feigwarzen blieben trotzdem meine „ständigen Begleiter“. Mal mehr, mal weniger. Irgendwann bekam ich einmal so schlimme Nebenwirkungen (eine Nacht lang starkes Fieber und Erbrechen), dass ich mit der Behandlung aufgehört habe. Es kann sich hierbei kaum um eine normale Grippe gehandelt haben, denn nach einem Tag war ich schon wieder gesund und das Fieber komplett weg. Ebenso geschah das ganze, als ich nach der üblichen Behandlungspause wieder mit dem Eincremen angefangen hatte.

## **IV. Selbstbehandlungsversuche**

### **Höllensteinstift**

Dieser Stift kann Dir die Hölle auf Erden bereiten, wenn Du ihn falsch anwendest. Ich selbst habe ihn über viele viele Monate benutzt, um meine Feigwarzen in den Griff zu bekommen, bzw. im Griff zu behalten. Er eignet sich aber nur für „nichtempfindliche Hautstellen“. Das soll heißen, dass ich ihn niemals auf der Eichel angewendet hätte. Die Behandlung schmerzt (sehr). Er ist also keinesfalls zu empfehlen, wenn man Schmerzen nicht aushalten kann. Zur vorsichtigen (!) Behandlung, gerade bei großen Feigwarzen würde ich ihn aber dennoch empfehlen – denn er funktioniert! Und wie er funktioniert... innerhalb kürzester Zeit färbt sich die Feigwarze schwarz und einige Tage später löst sie sich von der Haut ab. Das große Manko: Auch die gesunde Haut, die mit dem Stift in Berührung kommt, wird angegriffen. Da man den Stift in Wasser anfeuchten muss und dann die entsprechenden Stellen betupft, kann es durchaus sein, dass das Mittel verläuft und somit auch die gesunde Haut in Mitleidenschaft gezogen wird. Dies ist auch später noch möglich (z. B. durch Schwitzen). Glaube bitte den Berichten nicht, dass der Höllensteinstift nur kranke Haut angreift. Ich weiß es definitiv. Da wo die Haut sich schwarz verfärbt, wird es auch eine Wunde geben! Egal, ob dort nun eine Feigwarze ist oder nicht! Gerade wenn sich mehrere Feigwarzen eng beieinander befinden, kann bei der Behandlung mit dem Höllensteinstift sehr schnell eine große, klaffende Wunde entstehen. Vorsichtig angewendet, sind kleinere Wunden bei mir innerhalb von wenigen Tagen und ohne Narben wieder verheilt. Für die nässenden Wunden würde ich Zinksalbe empfehlen. Was den Erfolg meiner Behandlung angeht, kann ich nur sagen: Es verschwanden Feigwarzen, es kamen Feigwarzen. Im Prinzip ähnlich wie bei der vorher erwähnten Behandlung mit Condyllox. Einziger Unterschied: Die Feigwarzen waren viel schneller verätzt und somit auch schneller weg. Nachteil war die dadurch entstehende Wunde, die es bei Condyllox natürlich nicht gab. Meiner Meinung nach ist der Höllensteinstift zur Vernichtung von (vor allem großen) Feigwarzen durchaus zu gebrauchen, aber einen dauerhafter Erfolg halte ich persönlich für sehr unwahrscheinlich. Nur mit diesem Stift alleine wirst Du kaum frei von Feigwarzen werden. Wenn Du ihn benutzen möchtest, würde ich Dir dazu raten, ihn zunächst vorsichtig nur an einer Stelle anzuwenden und abzuwarten, damit Du etwas „Übung“ im Umgang mit dem Stift bekommst. Du erhältst ihn rezeptfrei in der Apotheke für ca. 5,- Euro.

### **Clabin**

Clabin N Lösung ist ebenfalls rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Die Kosten belaufen sich auf ca. 7,- Euro für die übliche Lösung von 8g. Laut Packungsbeilage sollte die Lösung nicht im Genitalbereich verwendet werden! Da jedoch „sollte“ nicht gleichbedeutend mit „darf nicht“ ist, hatte ich im Internet in Erfahrung gebracht, dass einige die Behandlung damit versucht haben. Da ich nichts unversucht lassen wollte, habe ich diese Lösung auch ausprobiert. Bestandteile der Lösung sind Milchsäure und Salycilsäure. Bewirken sollen diese Bestandteile, dass die obere Hautschicht gelöst und die darunterliegende Warze geätzt wird. Aufgetragen wird die Lösung mit

einem kleinen Pinsel, der im Schraubverschluss der Flasche integriert ist. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Clabin unheimlich brennt. Und dies (nach häufigem Auftragen) auch noch nach längerer Zeit. Die Schmerzen waren wirklich zum Teil ziemlich heftig. Ich will mir gar nicht vorstellen, was passiert, wenn die Schleimhaut mit diesem Mittel in Kontakt käme! Der Erfolg war da; die Feigwarzen verschwanden nach mehreren Tagen tatsächlich. Bis letztendlich alles abgeheilt war, dauerte es allerdings viele Tage. Eine dauerhafte Heilung der Feigwarzen war mir auch mit dieser Methode nicht möglich. Es kamen ständig Feigwarzen hinzu und die Behandlung sowie das Ausheilen der entstandenen Wunden war jedes mal äußerst langwierig. Dazu kamen dann auch noch die zum Teil wirklich starken Schmerzen nach dem Auftragen. Irgendwann kam ich zu dem Entschluss, dass der Höllensteinstift die gleiche Wirkung hat, nur „seine Arbeit“ wesentlich schneller verrichtet. Auch die entstandenen Wunden heilten besser ab.

### **Wartner Warzen Spray - Vereisungsmethode**

Da das Vereisen von Feigwarzen auch zu den gängigen Methoden gehört, die ein Arzt zur Behandlung einsetzt, habe ich mir dieses Produkt zur Eigenbehandlung ebenfalls zugelegt. Auch dieses ist in der Apotheke rezeptfrei erhältlich. Aus der Packungsbeilage ist ersichtlich, dass das Produkt nicht auf dünner oder empfindlicher Haut verwendet werden darf! Der stolze Preis beträgt ungefähr 17,- Euro. Stolz ist der Preis meiner Meinung nach deshalb, weil man gerade mal 10 Behandlungen mit dieser Vereisungsmethode durchführen kann. In der Packung befinden sich nämlich nur 10 „Schaum-Stöpsel“ für 10 Behandlungen. Dieser Schaum wird auf einen Halter gesteckt und mit dem in der Dose enthaltenen Gas-Gemisch stark heruntergekühlt. Den „Schaum-Stöpsel“ drückt man dann max. 20 Sekunden auf die Warze. Durch das Vereisen bildet sich unter der Warze eine Blase, die die Warze dann nach ca. zwei Wochen komplett aus der Haut herausdrückt. Währenddessen hat sich bereits gesunde Haut gebildet, die dann zum Vorschein kommt. So zumindest lt. Hersteller in der Theorie... Ich hatte mit diesem Stift durchaus Erfolg bei kleineren Feigwarzen. Die Schmerzen während der Behandlung waren auszahlten. Je länger man den Schaumstoff-Applikator auf die Feigwarze drückt, desto stärker verspürt man ein Brennen. Dies muss man schon einige Zeit aushalten können, denn nur so kann man mit dem Vereisen auch eine Wirkung erzielen! Meine persönliche Meinung zu diesem Produkt: Viel zu teuer und auch hiermit ist kein dauerhafter Erfolg möglich. Das Vereisen ist bei den meisten Ärzten auch kostenlos möglich. Ebenso ist die Temperatur des Vereisens dort wohl auch weitaus niedriger als beim Wartner Vereisungsspray. Also falls Du Deine Feigwarzen vereisen lassen möchtest, gehe lieber gleich zum Hautarzt.

### **Wartner Stift gegen Warzen**

In diesem Stift befindet sich ein Gel mit Trichloressigsäure. Diese Säure soll gewöhnliche (!) Warzen Stück für Stück verätzen und somit beseitigen. In der Packungsbeilage wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass er nicht zur Anwendung im Genitalbereich geeignet ist. Der Stift ist rezeptfrei in der Apotheke zu erhalten und kostet um die 15,- Euro. Die Anwendung ist wirklich sehr praktisch: Durch das Drehen am Verschluss gelangt das Gel nach unten und feuchtet den dort befindlichen Pinsel an. Mit diesem kann man die Warze dann bestreichen.

Da Trichloressigsäure auch zur Therapie von Feigwarzen gehört, habe ich den Versuch trotz Hinweis in der Verpackungsbeilage einmal gewagt. Die Wirkung war ähnlich wie oben bei der Clabin N-Lösung beschrieben. Mit dem Unterschied, dass das Brennen (vor allem kurz nach dem Auftragen) noch extremer ist. Auch hier verschwinden die Feigwarzen; aber die Behandlung und das Ausheilen der entstandenen Wunde dauern ebenfalls sehr sehr lange. Meiner Meinung nach sollte man dieses Produkt wirklich nicht bei Feigwarzen anwenden. Zumal auch damit kein dauerhafter Erfolg zu erzielen ist, die Behandlung sehr lange dauert und schmerzintensiv ist.

### **Teebaumöl**

Über mehrere Wochen habe ich auch einen Versuch mit Teebaumöl durchgeführt. Ich habe reines und gutes Teebaumöl unverdünnt mindestens einmal täglich aufgetragen und eingerieben. Meine Haut wurde sehr trocken und hat sich gepellt – die Feigwarzen aber blieben. Eine Wirkung auf die Feigwarzen blieb völlig aus.

### **Thujaöl**

Siehe Teebaumöl. Auch hier pellte sich die Haut, aber die Feigwarzen blieben.

### **Globulis: Thuja Globuli D12 und Causticum Globuli D12\***

Die beiden homöopathischen Medikamente, in meinem Fall hergestellt von der DHU Arzneimittel GmbH, gibt es ebenfalls rezeptfrei in den meisten Apotheken. Die Kosten belaufen sich pro Packung auf ca. 5,- bis 10,- Euro. Ich habe diese beiden Wirkstoffe gewählt, weil sie (nach Internet-Recherche) gegen Warzen im Allgemeinen helfen sollen und wohl auch zu meiner „Persönlichkeit“ passen. Gerade dies ist in der Homöopathie wohl von großer Wichtigkeit, wie ich nach einigem Einlesen in das Thema feststellen konnte. Besser wäre es gewesen, wenn ich die Hilfe von einem Homöopathen in Anspruch genommen hätte. Die Kosten dafür wollte ich mir jedoch sparen und habe mir diese beiden Präparate deswegen nach bestem Wissen und Gewissen selbst ausgewählt. Morgens, mittags und abends nahm ich jeweils 10 dieser „Globulis“. Es handelt sich hier um ganz kleine Kügelchen, die man unter der Zunge zergehen lassen muss. Zusätzlich habe ich morgens und abends regelmäßig eine Salbe mit dem Wirkstoff Chelidonium (Schöllkraut – siehe nächster Punkt) aufgetragen. Nach ungefähr sechs Wochen habe ich die Behandlung abgebrochen. Es war bei mir weder die wohl übliche „Erstverschlimmerung“ oder gar eine Verbesserung zu erkennen. Mein Fazit: Wer sich für eine homöopathische Behandlung interessiert, sollte wohl besser etwas Geld investieren und einen Fachmann in Anspruch nehmen. Es gibt durchaus Beispiele, in denen diese Behandlung Erfolge erzielt hat.

\* ich bin mir nicht mehr sicher, ob es Causticum oder Acidum nitricum Globuli waren

### **Chelidonium 10%-Salbe**

25g der Salbe, die dem Anschein nach nur von der Firma Weleda hergestellt wird, kosten ungefähr 6,- bis 10,- Euro. Da Schöllkraut (Chelidonium) gegen (Feig)warzen helfen soll, lag es nahe, dass ich auch diese Möglichkeit nicht unversucht lassen wollte. Aufgetragen habe ich die Salbe morgens und abends, manchmal auch zusätzlich mittags. Die Salbe war zusätzlich zur unterstützenden Behandlung mit den o. g. „Globulis“ gedacht. Der Erfolg blieb jedoch komplett aus. Weder die sogenannte „Erstverschlimmerung“ noch eine Abheilung von Feigwarzen war zu erkennen.

### **Ignorieren der Feigwarzen**

Auch diese Idee kam mir. Vielleicht sollte ich den Feigwarzen einfach keine Aufmerksamkeit mehr schenken und sie verschwinden dann von selbst? Eventuell schwäche ich mein Immunsystem ja, weil ich viel zu häufig an dieses lästige Übel denke? Dieser Gedankengang kam mir durchaus logisch vor. Also versuchte ich, soweit es ging, nicht mehr zu häufig an meine Feigwarzen zu denken und die Kontrolle der Haut einzuschränken. Schließlich hatte ich fast täglich die betroffene Haut untersucht und jede neue oder größer gewordene Feigwarze versetzte mich in Panik. Zum Teil sah ich schon neue Feigwarzen, wo überhaupt keine waren. Ich stellte größer gewordene Feigwarzen fest, die immer noch die gleiche Größe hatten. Kurzum: Ich tat eigentlich das, was diese Biester eigentlich wollten: Ich schenkte ihnen Aufmerksamkeit! Also fand ich mich einfach damit ab, dass ich Feigwarzen hatte und ignorierte sie weitestgehend. Keine Kontrollen mehr beim Duschen und überhaupt keine Beachtung mehr beim Umziehen. Versucht dies einmal eine Zeit lang und ihr werdet feststellen, dass dies gar nicht so einfach ist. Überhaupt nicht! Ich habe es ein paar

Wochen lang geschafft, aber dann kam wieder irgendeine der o. g. Methoden zur Anwendung, weil sich wieder eine Feigwarze vergrößert hatte, oder neue hinzugekommen waren. Oder aber auch nur, weil ich **dachte**, es hätte sich etwas verschlimmert...

### **Die Jahre vergingen...**

Um genau zu sein waren es über vier Jahre, die ich mich mit dieser Krankheit herumgequält habe. Und die ein oder andere Methode, die ich oben beschrieben habe, habe ich mittlerweile schon fast vergessen und die Erinnerung daran kam erst wieder beim Schreiben dieser kleinen Info-Broschüre. In diesen Jahren habe ich wirklich viel Zeit damit verbracht, irgendeine Behandlung zu finden, die mir wirklich hilft und ich habe mich sehr mit dem Thema beschäftigt.

### **Was ich meine oder glaube über Feigwarzen gelernt zu haben**

Hier möchte ich gerne meine persönlichen Einschätzungen mitteilen, die sich während meines langen Kampfes gegen die Feigwarzen in meinem Kopf verfestigt haben. Ich lege hier keinen Wert auf wissenschaftlich korrekte Fakten, sondern stelle zum Teil auch Vermutungen an, die vor allem eins bewirken sollen: Setze Dich mit Deiner Krankheit auseinander. Überlege und denke nach, warum ausgerechnet Du das „Pech“ hast, Feigwarzen mit Dir herumtragen zu müssen...

#### 1. Warzen sind ein Warnsignal des Körpers

Ich bin mir ziemlich sicher, dass die Feigwarzen ein äußerliches Zeichen dafür sind, dass mit Dir oder Deinem Körper momentan etwas nicht so ist, wie es eigentlich sein soll. Hier stimme ich der Homöopathie im Großen und Ganzen zu, die Folgendes besagt:

*Bsp: Warzen sind kein Lokalsymptom, sondern ein Ventil, dass der Körper ausbildet, um einen Krankheitsprozess an der Oberfläche zu halten und zu verlangsamen. Die krankmachende Information hat bereits den ganzen Menschen ergriffen und verschwindet nicht durch wegschneiden oder besprechen der Warze. Die Krankheit wird weiter ins Innere getrieben und wirkt dort oft unbemerkt zerstörerisch fort. Sie kann allerdings jahrelang in Latenz schlummern, um dann in Belastungssituationen, z. B. Verlust nahestehender Menschen, Ängste, hormonelle Umbrüche, wieder aktiv zu werden.*

Deutlich wird hier auch, dass gerade Deine psychische Verfassung ausschlaggebend ist, ob Du sichtbare (Feig)warzen bekommst oder nicht. Denke einmal darüber nach, wie Du Dich momentan fühlst. Bist Du zufrieden mit Deinem Leben? Bist Du zufrieden mit Dir? Fühlst Du Dich im Moment unglücklich? Möchtest Du gerne etwas ändern, schaffst es aber einfach nicht? Gab es Schicksalsschläge, die Dich sehr mitgenommen haben? Das sind nur ein paar Anregungen für Fragen, die Du Dir stellen könntest. Finde Antworten, die Deine momentane Situation verbessern könnten und versuche diese Antworten umzusetzen. Die Feigwarzen sind auch eine Chance. Sie machen Dich darauf aufmerksam, dass etwas nicht so ist, wie es eigentlich sein sollte. Nutze die Chance!

#### 2. Die ärztliche Ratlosigkeit

Warzen im Allgemeinen und somit auch Feigwarzen sind meiner Meinung nach schon alleine aufgrund des o. g. Punktes 1 unberechenbar. Jeder Mensch ist ein Individuum und sein Körper reagiert aufgrund seiner Psyche anders. Ein Hautarzt weiß, wie er Deine Haut behandeln kann, aber über Deine Seele weiß er wenig. Sie wird in Deine Behandlung nicht

mit einbezogen. Mein Hautarzt meinte einmal zu mir, dass Warzen einfach unberechenbar und oft schwierig zu behandeln sind. Oft würden sie auch urplötzlich und einfach so verschwinden. Wie ich bereits weiter oben im Kapitel III (Gespräch mit meinem Hausarzt) schrieb, teilte mir dieser mit, dass sich Hautärzte mit Feigwarzen meist nicht sonderlich viel Mühe geben würden. Ich denke, der Grund liegt genau hier begründet: Oftmals sind gerade Feigwarzen absolut behandlungsresistent, weil die Psyche nicht in die Behandlung mit einbezogen wird. Die sichtbaren Feigwarzen können zwar beseitigt werden und die Ansteckungsgefahr durch die eigenen Viren somit minimiert; aber es treten trotzdem immer wieder weitere Feigwarzen auf. Auf Dauer macht sich somit natürlich auch bei einem Arzt Frust bemerkbar. Aber in vielen Fällen verschwinden die Plagegeister dann irgendwann tatsächlich von selbst. Oftmals dann, wenn sich das Seelenleben des Patienten verbessert hat. Und was lernt der ein oder andere „Mensch Arzt“ daraus? „Warum allzuviel Mühe geben? Standardbehandlung(en) durchziehen und irgendwann sind sie (oder der Patient) eh weg...“ Ich denke, gerade dadurch, dass die Psyche bei Warzen eine entscheidende Rolle spielt, sind Feigwarzen für viele Ärzte ein absolutes „Mysterium“. Das „gemeine“ an der Sache ist vor allem die Tatsache, dass gerade Feigwarzen sich (zusätzlich) schlecht auf die Psyche auswirken. Also befindet sich jeder Betroffene mehr oder weniger in einem „Teufelskreis“, den er erst einmal durchbrechen muss.



## Die Warzenschwein-Methode



### V Benötigtes Zubehör

Nun möchte ich aber in aller Ausführlichkeit die Methode vorstellen, auf die Du vermutlich schon die ganze Zeit gewartet hast. Ich hoffe aber trotzdem, dass Du Dir die vorherigen Seiten gut durchgelesen hast. Denn sie enthalten viele Informationen, die Dir mit Sicherheit auch im Zusammenhang mit der nachfolgenden Beschreibung sehr nützlich sein können.

Ich möchte Dir zunächst die einzelnen Mittel genauer vorstellen, die Du benötigst, um die „Warzenschwein-Methode“ durchzuführen. Dies ist mir wichtig, weil ich denke, dass Du schon genau wissen solltest, was Du demnächst auf Deine Haut aufträgst und was Du einnimmst um Deine Feigwarzen zu behandeln.

### Rotlichtlampe

Anfangen möchte ich zunächst mit einem technischen Gerät. Es ist vermutlich nicht unbedingt erforderlich, aber wenn Du es bereits besitzt, bzw. kaufen möchtest, ist es wirklich eine Bereicherung in Deinem Haushalt. Nicht nur zur Behandlung der Feigwarzen, sondern auch in vielen anderen Fällen. Es handelt sich hier um eine handelsübliche Rotlichtlampe, auch Infrarotlichtlampe oder Wärmelampe genannt. Im Elektrohandel, einer Drogerie oder sogar im Supermarkt sind diese bereits ab 10,- Euro zu bekommen. Hier ein typisches Beispiel einer solchen Rotlichtlampe:



Die Lampen geben eine Infrarotstrahlung ab, die meist als sehr angenehm empfunden wird. Die entstehende Wärme wird hierbei knapp unterhalb der Hautoberfläche erzeugt. Die Gewebetemperatur wird erhöht, was zu einer Gefäßerweiterung führt. Somit findet lokal eine bessere Durchblutung statt. Die Poren werden größer und Salben ziehen dadurch besser ein. Ich persönlich könnte mir auch vorstellen, dass das Immunsystem durch die Wärme (also im Prinzip eine Art „künstliches Fieber“) auf ein Problem an dieser Stelle aufmerksam gemacht wird. Dies ist jedoch nur eine Vermutung von mir. Im Prinzip kannst Du bei der Anwendung nichts falsch machen. Ein zu geringer Abstand zur Haut oder eine zu lange Bestrahlung kann jedoch zu einer **Verbrennung** führen! Faustregel: Halte die Lampe so, dass die Wärme für Dich angenehm ist. Eine Bestrahlungsdauer von 15 Minuten sollte nicht überschritten werden. Vor allem das weibliche Geschlecht sollte hier sehr vorsichtig sein... Genauere Angaben findest Du aber auch im Beipackzettel der Lampe. Hier findest Du auch noch viele andere Bereiche, in denen die Lampe nützlich sein kann. Du siehst also: Eine wirklich nützliche Anschaffung für sehr wenig Geld.

## Apfelessig

Kommen wir nun zum Hauptbestandteil meiner verwendeten „Mischung“, dem Apfelessig. Dem Apfelessig werden wahre Wunderwirkungen nachgesagt, die ich zumindest schon bei der Behandlung von Feigwarzen bestätigen kann. Er kann als natürliches Hausmittel angesehen werden, das schon von den alten Ägyptern genutzt wurde. Fakt ist aber auch, dass es bisher keine wissenschaftlichen Erklärungen gibt, warum der Apfelessig überhaupt wirkt. Belegt ist jedoch die antibakterielle Eigenschaft von Apfelessig! Wissenschaftlich bewiesen ist außerdem, dass Apfelessig all das enthält, was auch den Apfel so gesund macht: Vitamin A, B1, B2, B6, Folsäure, Vitamin C und E sowie die Mineralstoffe und Spurenelemente Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Phosphat, Eisen, Fluor, Jod und Zink, Kupfer, Selen. Darüber hinaus besitzt er natürlich auch noch die Stoffe, die entstehen, wenn aus dem Apfel Apfelessig wird. Meine Recherche ergab, dass es den Wissenschaftlern sehr schwer fällt, diese komplexen Wechselwirkung von hunderten an verschiedenen Stoffen überhaupt erfassen zu können.

Ist es nicht interessant, dass die Wirkung eines seit Jahrtausenden erfolgreich verwendeten Mittels bis zum heutigen Tage immer noch nicht wissenschaftlich zu erklären ist? Vielleicht ist dies auch mit ein Grund, warum so viele Naturheilmittel in Vergessenheit geraten sind? Weil es einfach keine wissenschaftliche Erklärung für eine Wirkung gibt?

Rechts befindet sich ein Bild des von mir verwendeten Apfelessigs. Er ist garantiert aus purem Direktsaft hergestellt und besitzt 5% biologisch gewonnene Säure. Die 0,75 Liter Flasche aus Plastik ist im Supermarkt für gerade einmal 69 Cent zu haben.



Die Qualität des Apfelessigs ist für den Erfolg von entscheidender Bedeutung. Der beste Apfelessig ist naturtrüb und wurde auf natürliche Weise hergestellt. Es wird wohl Sinn machen, wenn Du etwas mehr Geld ausgibst und Du Dich in einem Bioladen umsiehst und beraten lässt. Aus der heutigen Sicht würde ich dies vermutlich so machen. Aber wie dem auch sei... mit dem günstigen abgebildeten Apfelessig hatte ich letztendlich den Erfolg, den ich wollte.

Apfelessig fördert die Durchblutung und regt die Funktionen der Haut an. Er besitzt eine pflegende und zugleich heilende Wirkung. Zudem besitzt er nahezu den gleichen PH-Wert der Haut. Da er ebenso klärend, desinfizierend und entzündungshemmend wirkt, ist er für die Behandlung von Feigwarzen geradezu geschaffen.

Der Skeptiker mag nun sagen, dass der Glaube an Apfelessig vielleicht ausreicht, damit bei der Behandlung mit ihm ein Erfolg erzielt wird. Ich für meine Person kann hier nur sagen: Ich habe geglaubt, dass Condyllox mir hilft; ich habe geglaubt, dass Aldara mir hilft; ich habe auch geglaubt, dass der Höllensteinstift mir hilft. Ebenso habe ich an viele andere Dinge geglaubt, die ich im Laufe der Zeit ausprobiert habe (s.o.). Die Methode mit Apfelessig war für mich eher das Greifen nach einem Strohalm. Er war mehr oder weniger sogar genau das Mittel, an das ich am allerwenigsten geglaubt habe...

### Speisesalz

Warum Salz in den Apfelessig? Welche positiven Wirkungen besitzt Salz? Hier habe ich ehrlich gesagt etwas länger gesucht um im Zusammenhang mit Apfelessig und der Behandlung von Feigwarzen zu logischen Schlussfolgerungen zu kommen.

Unbestritten ist die heilende Wirkung von Salz bei Hauterkrankungen. Es besitzt eine austrocknende Wirkung, die gerade bei der Behandlung von Feigwarzen interessant ist. Vor allem das ganz normale Speisesalz besitzt eine sehr austrocknende Wirkung und kann deswegen eigentlich nicht als Arzneimittlersatz für erkrankte Haut verwendet werden. Genau wie Apfelessig wirkt Salz antibakteriell und entzündungshemmend. Auch eine physikalisch erklärable abschuppende Wirkung ist vorhanden. Im Prinzip kann man sagen, dass Speisesalz recht aggressiv ist, was sich in Verbindung mit dem Apfelessig bei der Behandlung von Feigwarzen positiv nutzen lässt. 500g kosten ungefähr 20 Cent.



### Neo Ballistol

Hier handelt es sich mehr oder weniger um einen Geheimtipp von mir. Du erhältst das Produkt rezeptfrei in den meisten Apotheken. Der Preis für 250ml beträgt ca. 10,- bis 12,- Euro.



Neo Ballistol besteht aus medizinisch reinem Weiß-Öl – einem Öl, das höchste Anforderungen an Reinheit und Qualität erfüllen muss. Aufgrund dessen lässt sich Neo Ballistol sehr gut einmassieren und es zieht schnell in die Haut ein. Weitere Bestandteile sind ätherische Wirkstoffe und wertvolle Naturstoffe, die schon seit Jahrhunderten als traditionelle Heilmittel Verwendung finden. Dieses Produkt kann ohne Bedenken zur Wundpflege eingesetzt werden, denn es ist auf Keimfreiheit getestet. Im Hinblick auf die Behandlung von Feigwarzen sind folgende Eigenschaften sehr interessant: Neo Ballistol wirkt desinfizierend; lindert Juckreiz; regeneriert und entspannt spürbar die beanspruchte Haut und macht trockene, spröde und schuppige Haut weich und elastisch. Wie Du anhand der Eigenschaften von Neo Ballistol erkennen kannst, ist diese Komponente meiner Mischung eher aufgrund der pflegenden Eigenschaften vorhanden. Es zieht sehr gut in die

Haut ein und wird dafür sorgen, dass der Juckreiz nicht zu groß wird. Ein weiterer großer Vorteil: Der Essiggeruch wird durch die Verwendung von Neo Ballistol überdeckt. Es entsteht ein weitaus angenehmerer „Duft“ nach ätherischen Ölen. Du solltest nicht auf Neo Ballistol verzichten. Es darf ruhig „ein kräftiger Schuss“ sein, den Du der Mischung hinzufügst. Also lege Dir am besten mindestens die 250ml Flasche zu. Die kleineren Größen sind im Vergleich preislich uninteressant und Du wirst das Mittel nach einiger Zeit nicht mehr missen wollen. Es ist auch hilfreich bei sehr vielen anderen gesundheitlichen Problemen!

### Teebaumöl

Es handelt sich hier um ein Mittel, das schon von den australischen Ureinwohnern erfolgreich genutzt wurde. Auch wenn mir das Teebaumöl alleine keinen Erfolg brachte (s. o.), so empfinde ich ein paar Tropfen in meinem „Rezept“ auf keinen Fall als unnötig oder sogar falsch. Teebaumöl besitzt nämlich durchaus Eigenschaften, die bei der Behandlung von großem Nutzen sind: Es kann leicht in Gewebe



eindringen, Zellmembranen durchdringen oder sich in diesen einlagern. Es ist keimtötend und wirkt gegen Bakterien, Pilze und Viren, bei gleichzeitig guter Hautverträglichkeit und gewebeschonenden Eigenschaften.

Du solltest darauf achten, dass Du wirklich reines und gutes Teebaumöl bekommst. Also kaufe es am besten in einer Apotheke. Du erhältst es rezeptfrei in der Größe von 10ml zum Preis von ungefähr 5,- Euro.

### **Zusammenfassung**

Ich hoffe sehr, dass Dich die Beschreibung der einzelnen Bestandteile meiner „Mischung“ interessiert hat und Dir den Kauf erleichtern. Vielleicht habe ich auch Dein Interesse an „alternativer Medizin“ geweckt. Seitdem ich mit diesen einfachen Mitteln Erfolg hatte, ist dies bei mir der Fall. Falls Du jedoch diesen Teil übersprungen haben solltest, oder ihn nur „überflogen“ hast, dann empfehle ich Dir, in Deinem eigenen Interesse, noch einmal alles in Ruhe durchzulesen. Denn die Beschreibung der einzelnen Mittel ist eventuell hilfreich, wenn Du Dir Deine eigene Behandlung zusammenstellen möchtest, wenn Du feststellen solltest, dass das ein oder andere Mittel bei Dir zu stark oder zu schwach wirkt.

Die genaue Zusammensetzung der einzelnen Bestandteile werde ich noch später erklären. Jetzt möchte ich aber zuerst noch ein paar weitere extrem wichtige Bestandteile meiner „Warzenschwein-Methode“ vorstellen, die jedoch nicht in die „Apfelessig & Co.-Mischung“ hineingehören:

### **Zinksalbe**

Diese Salbe ist natürlich auch rezeptfrei in der Apotheke oder Drogerien zu bekommen. Selbst im Discounter findet man sie teilweise.



Da Du sie häufig und auch großflächig anwenden wirst, rate ich Dir direkt zum Kauf einer großen 100g Tube. Der Preis liegt ungefähr zwischen 5,- und 8,- Euro.

Zinksalbe wird überwiegend zur Wundbehandlung eingesetzt. Das darin enthaltene Zinkoxid wirkt desinfizierend. Ebenso hat Zinksalbe eine stark austrocknende Wirkung. Sie wirkt abdeckend und schützend, d. h. auch, dass die Zinksalbe nicht in die Haut einzieht! Schweiß auf der Haut wird ebenfalls von der Salbe aufgenommen. Diese Eigenschaften kann man sich bei der Behandlung von Feigwarzen nützlich machen. Feigwarzen tragen nicht umsonst auch den Namen „Feuchtwarzen“: Sie fühlen sich in feuchter Umgebung wohl und können sich dort hervorragend ausbreiten. Dank der Zinksalbe hast Du die Möglichkeit, Deine Haut immer trocken zu halten!



## Propolis-Salbe



Wie der Name schon sagt, beinhaltet diese Salbe Propolis. Propolis ist ein von Bienen hergestelltes „Kittharz“. Mit diesem Harz dichten die Bienen ihren Bienenstock ab, damit Krankheitserreger nicht die Möglichkeit haben in den Bienenstock einzudringen. Propolis enthält zu diesem Zweck eine Vielzahl von hochwirksamen Stoffen, die gegen Krankheitserreger aller Art helfen können. Aufgrund dessen wird Propolis oftmals auch als „natürliches Antibiotikum“ bezeichnet. In Form einer Salbe ist eine sehr fettreiche Behandlung möglich.

Wie Du siehst, handelt es sich hier um ein natürliches Produkt, das bei der Behandlung von Feigwarzen sehr nützlich sein kann, da es zahlreiche Krankheitserreger abtöten kann. Die antibakterielle und antivirale Wirkung ist hervorragend. Auch bei der Wundheilung und den verschiedensten Hautkrankheiten zeigt Propolis eine erstaunliche Wirkung.

Ich empfehle Dir, dieses rezeptfreie Medikament vom Hersteller Hanosan in der Verpackungsgröße von 30g zu kaufen. Die Firma Hanosan vertreibt ihre Salbe mit 10% Propolis. Diese Konzentration wird für eine erfolgreiche Behandlung im Allgemeinen empfohlen. Diese Salbe ist auch in den meisten Apotheken vorrätig oder kann dort bestellt werden. Die Kosten liegen zwischen 6,- und 10,- Euro.

## Propolis-Kapseln

Um nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich etwas gegen Deine Feigwarzen zu unternehmen, empfehle ich Dir ebenfalls die Einnahme von Propolis-Kapseln. Auch diese gibt es rezeptfrei in den Apotheken. Da Du sie am Anfang zweimal täglich einnehmen solltest, lege Dir besser direkt eine große Packung zu. Ich nehme heute noch (schon längere Zeit nach dem Verschwinden meiner Feigwarzen) regelmäßig eine Propolis Kapsel täglich. Ich merke, dass sie mir gut tun! Die von mir verwendeten Kapseln sind vom Hersteller Sanhelios. 60 Kapseln kosten ca. 16,- Euro. Meiner Meinung nach eine Investition, die sich wirklich lohnt. Mein generelles Wohlbefinden hat sich seit der Einnahme von Propolis-Kapseln merklich verbessert.



## Wattepads

Diese benötigst Du zum Auftragen der „Apfelessig & Co.-Lösung“. Du erhältst sie sowohl im Supermarkt, als auch in Drogerien oder in Discountern. 100 Stück sind schon für 75 Cent oder sogar noch günstiger zu haben.



## VI Einkaufsliste

### Einkaufsliste

Hier eine kurze Zusammenfassung aller vorgestellten Produkte als übersichtliche „Einkaufshilfe“:



Was?	Wo?	Preis (ca.) in Euro	Bemerkung
Rotlichtlampe	Elektrohandel, Supermarkt, Drogerie	ab 10,00	sehr sinnvolle Anschaffung, auch für viele andere Beschwerden
Apfelessig	Supermarkt, Bioladen	0,69 – 2,00	gute Qualität wichtig
Speisesalz	Supermarkt, Discounter	0,20	unbedingt „normales“ Speisesalz
Neo Ballistol	Apotheke	10,00 – 12,00	Hersteller: Klever GmbH
Teebaumöl	Apotheke, Drogerie	5,00	reines und gutes Produkt sehr wichtig
Zinksalbe	Apotheke, Drogerie, Discounter	5,00 – 8,00	große Tube (100g)
Propolis-Salbe	Apotheke	6,00 – 10,00	Hersteller: Hanosan, große Tube (30g)
Propolis-Kapseln	Apotheke	16,00	Hersteller: Sanhelios, große Packung mit 60 Kapseln
Wattepads	Supermarkt, Drogerie, Discounter	0,75	Wattepad, kein Wattebausch, da einfacher in der Anwendung

### Bemerkungen:

Viele der in Apotheken erhältlichen Produkte sind online wesentlich günstiger!

Natürlich benötigst Du auch noch etwas, in dem Du die „Apfelessig & Co.-Mischung“ aufbewahren kannst. Ich selbst habe dafür eine leere und vorher gereinigte Duschgel-Flasche genommen. Du kannst den Kopf (im nebenstehenden Bild blau) mit etwas Kraftanwendung komplett abmachen und die Mischung dort einfüllen. Danach den Kopf wieder drauf und Du hast eine praktische Möglichkeit zur Aufbewahrung und Anwendung. Wenn Du die Flasche schließt, kannst Du die Mischung ebenfalls vor jeder Anwendung problemlos durchschütteln. Natürlich kannst Du auch einen anderen Behälter, wie z. B. eine leere und saubere Flasche benutzen.



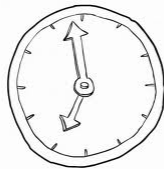
## VII Zubereitung der „Apfelessig & Co.-Mischung“

Da Du nun hoffentlich alle notwendigen Dinge gut und günstig beschaffen konntest, wird es nach der ganzen Theorie nun Zeit für den praktischen Teil. Ich erkläre Dir jetzt sorgfältig und ausführlich, wie Du die Mischung zubereitest, die Du für Deine Anwendung brauchst.



### Was Du noch benötigst:

- etwas Zeit und Ruhe
- einen Esslöffel
- einen Teelöffel
- ein Gefäß zur Zubereitung und zum Abfüllen der Mischung, wie z. B. einen Messbecher
- evtl. einen kleinen Trichter



### Anleitung

1. Fülle **Apfelessig** und **Salz** im Mischungsverhältnis 3:1 in Dein Gefäß (z. B. Messbecher). D. h. Du nimmst 3 Esslöffel Apfelessig und 1 Esslöffel Salz. Wiederhole dies so oft, bis Du die von Dir gewünschte Menge fast erreicht hast (z. B. die Menge, die fast in Deine leere Duschgel-Flasche passt). Beachte, dass noch ein paar andere „Zutaten“ in die Mischung hinzukommen – wenn auch nur in geringfügiger Menge.
2. Gebe einen guten Teelöffel Neo Ballistol hinzu.
3. Zuletzt gibst Du noch ein paar Tropfen Teebaumöl hinzu – 10 Tropfen sind ausreichend.
4. Rühre das Ganze mit einem Esslöffel gut um.
5. Fülle die Mischung (evtl. mit einem Trichter) in Deinen Aufbewahrungsbehälter (z. B. die Duschgel-Flasche).

### Beachte

Die Mischung sollte gut mit Salz gesättigt sein. Es ist absolut unproblematisch und sogar gut, wenn sich das Salz nicht aufgelöst hat und sich als Bodensatz im Gefäß befindet. Sollte dies nicht der Fall sein, so kannst Du ohne Weiteres noch etwas Salz hinzufügen, bis die Mischung „übersättigt“ ist.

Somit hast Du die „Apfelessig & Co.-Mischung“ erfolgreich gemischt. Ich glaube, Du stimmst mir zu, wenn ich sage, dass die Mischung problemlos und schnell herzustellen ist.

Es kann durchaus sein, dass Du diese Mischung im Laufe der Behandlung noch etwas anpassen musst. Dies wirst Du aber selbst feststellen. Ich selbst habe die Erfahrung gemacht, dass die Mischung „aggressiver“ wird, je mehr Salz man hinzugibt. Die Wirkung ist vor allem dann sehr gut, wenn man nach der Behandlung noch etwas Salz auf der Haut sieht. Damit das Jucken oder Brennen nicht zu stark wird, ist evtl. ein wenig mehr Neo Ballistol erforderlich.

## VIII Die Behandlung

### Vorwort zur Behandlung

Zwei ganz wichtige „Zutaten“ fehlen noch, damit Deine Behandlung wirklich erfolgreich verläuft. Ich habe sie bisher noch nicht erwähnt, aber es ist nun an der Zeit. Das Problem ist, dass Du diese leider nicht kaufen kannst. Diese beiden Dinge sind nicht im Handel erhältlich, sondern nur Du selbst kannst sie erschaffen: Es handelt sich hier um Geduld und Konsequenz bei der Behandlung. Die „Warzenschwein-Methode“ kann nur erfolgreich sein, wenn Du sie regelmäßig und wie beschrieben anwendest. Und sie wird auch nicht innerhalb von ein paar Tagen wirken. Je nach Befall mit Feigwarzen kann es durchaus zwei bis drei Wochen dauern, bis Du erste Veränderungen an Deiner Haut und/oder an den Feigwarzen bemerkst. Bedenke dies, wenn Du diese Behandlung durchführst. Gebe der Methode eine Chance und breche sie nicht schon nach zwei Wochen ab, wenn sich „nichts tut“. Wie sagt man so schön? „Gut Ding will Weile haben“! Eventuell hast Du vorher aber auch schon andere (ärztliche verordnete) Behandlungen durchgeführt, die leider ergebnislos waren. Ich glaube, dann weißt Du, wieviel Geduld und Konsequenz bei der Therapie von Feigwarzen erforderlich ist. Wie Du sehen konntest, habe ich selbst sehr viele Dinge ausprobiert und nichts hat letztendlich geholfen. Ich war wirklich der Verzweiflung nahe und hätte vermutlich auch eine Therapie über ein Jahr erfolgreich durchgehalten, wenn auch nur die Aussicht bestanden hätte, dass diese „ekelhaften Dinger“ endlich verschwinden. Die Menschheit kann zwar bis zum Mond fliegen und schickt mittlerweile Roboter bis zum Mars; aber zum Beispiel bei einer einfachen Erkältung, da versagt die Wissenschaft, bzw. die Schulmedizin bisher. Ähnlich sehe ich es aufgrund meiner Erfahrungen bei der Behandlung von Feigwarzen auch...



**Behalte also immer im Hinterkopf, wie schwierig und zeitintensiv es selbst mit herkömmlichen Methoden ist, Feigwarzen zu behandeln.**

### Vorgehensweise

Jetzt wird es aber wirklich Zeit, es den Feigwarzen ungemütlich zu machen. Die „Apfelessig & Co.-Mischung“ ist das perfekte Mittel dazu. Denn sie mögen dieses sauer-salzige Klima gar nicht, was Du ihnen nun bereiten wirst. Um die folgenden Schritte durchzuführen, machst Du es Dir am besten ohne Unterwäsche auf dem Sofa bequem und setzt Dich auf ein dickes Handtuch, um Verschmutzungen zu vermeiden.

1. Schüttele Deine Mischung gründlich und befeuchte damit ein Wattepad. Dieses darf ruhig tiefend-nass werden.
2. Verreibe die Mischung mit Hilfe des Wattepads gründlich und großzügig auf die betroffene Hautfläche. Es spielt keine Rolle, wenn Du auch (vermeintlich) gesunde Haut damit behandelst. Du darfst und solltest (wenn möglich) auch ruhig relativ fest mit dem Wattepad reiben. Sei jedoch vorsichtig, dass Du keine Feigwarzen verletzt, so dass sie bluten. Zuletzt kannst Du das Wattepad auch ausdrücken, so dass der letzte Rest der Mischung auf die Haut tropft.
3. Lasse die Mischung einige Minuten einwirken.
4. Wiederhole die Punkte 1 – 3 drei mal. Du kannst das Wattepad auch mehrmals verwenden.
5. Nach der letzten Wiederholung lasse die Mischung besonders gründlich einwirken.
6. Trage nun großflächig und großzügig die Zinksalbe auf. Beachte, dass die Zinksalbe nicht einziehen wird und trage aufgrund dessen auch geeignete Unterwäsche.



**Was Du während der ersten Behandlung feststellen wirst:**

Die Haut wird durch die Behandlung sehr trocken. Vermutlich wirst Du dies auch an Deiner Hand bemerken, wo diese mit der „Apfelessig & Co.-Lösung“ in Kontakt gekommen ist. Eventuell macht sich auch schon ein Brennen der Haut bemerkbar. Dies sind ganz normale Reaktionen der Haut, die bei mir ebenfalls aufgetreten sind. Ab und an ist das Brennen auch etwas stärker, aber im Laufe der Behandlung hat es bei mir nachgelassen.

**Zeitraum dieses ersten Behandlungsschrittes, mögliche Feststellungen und Tipps:**

Du solltest die oben genannten Schritte nach Möglichkeit 2-3 mal am Tag durchführen, mindestens jedoch einmal täglich, eine Woche lang. Vor jeder Behandlung reinigst Du Deine Haut am besten mit seifenfreier Waschlotion und nicht mit Seife.

Es ist meiner Meinung nach nicht zwingend notwendig, die Zinksalbe unbedingt nach jeder Behandlung aufzutragen, wenn Du nicht magst. Führst Du die Behandlung z. B. morgens, mittags und abends durch, ist es auch ausreichend, wenn Du sie abends aufträgst. Auf jeden Fall solltest Du die Zinksalbe dann auftragen, wenn der Zeitraum bis zur nächsten Behandlung mit der „Apfelessig- & Co.-Lösung“ recht groß ist. Hier z. B., bevor Du morgens zur Arbeit gehst. Allerdings: Je länger Du die Zinksalbe auf der Haut hast, umso besser. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass sie eine wirklich sehr gute Wirkung erzielt!

Sollte das Brennen der Haut tatsächlich zu stark werden (wovon ich eigentlich nicht ausgehe), dann spricht natürlich nichts gegen eine kurze Behandlungspause mit der „Apfelessig & Co.-Lösung“. Trage dann einfach nur die sehr wirksame Propolis-Salbe auf.

„Höre“ während der Behandlung auf Deinen Körper. Du musst und wirst selber für Dich herausfinden, wie die Behandlung für Dich persönlich perfekt ist.

Bei unerträglichen Schmerzen empfehle ich Dir, die Behandlung auszusetzen und nur etwas Neo-Ballistol aufzutragen. Dies beruhigt die Haut sehr und dürfte in kürzester Zeit für eine Linderung der Beschwerden sorgen. Bei mir selbst sind aber während der ganzen Zeit keine starken Schmerzen aufgetreten, die nicht auszuhalten gewesen wären.

Du wirst nach einigen Tagen der Anwendung auch feststellen, dass die Haut sich sehr peelt. Auch dies ist völlig normal und kein Grund zur Sorge. Im Gegenteil, es ist sogar gut, denn es zeigt, dass die Haut sehr trocken ist. Und das mögen „Feuchtwarzen“ nun mal gar nicht!

Du machst die Feststellung, dass die Feigwarzen sich vermehren? An Stellen zum Vorschein kommen, wo vorher noch keine waren? Die Feigwarzen verkrusten oder werden weiß? Teilweise sieht es aus, als hättest Du kleine Pickel? Oder aber es sind tatsächlich einige Pickel entstanden? Das sind völlig normale Reaktionen und eher gute Zeichen. Kein Grund zur Sorge! Ich selbst hatte zu Beginn der Behandlung richtig Panik bekommen, weil sich meine Feigwarzen stark (!!!) vermehrten. Vermutlich werden noch nicht sichtbare Feigwarzen aus der Haut hervorgezogen und damit sichtbar. Diese werden aber in der Regel schon nach kurzer Zeit weiß und verschwinden dann langsam.

Du bist Dir nicht sicher, ob die Behandlung überhaupt wirkt? Hin- und Hergerissen? Auch das ist normal. Gerade wenn man sich schon lange mit den Feigwarzen „herumgeschlagen hat“, denkt man eher negativ. Bloß nicht aufgeben! Denke an meine Worte über „Geduld“ und „Konsequenz“.

Mit der Einnahme von zwei Propolis Kapseln am Tag kannst Du sofort beginnen, nachdem Du sie gekauft hast. Ich selbst habe dies bis zur endgültigen Ausheilung der letzten Feigwarze ebenfalls gemacht. Danach und bis heute nehme ich immer noch eine Kapsel täglich.



### **Anwendung ab der zweiten Woche**

Ab der zweiten Woche solltest Du dazu übergehen, auch die Propolis-Salbe regelmäßig zu benutzen. Vorzugsweise solltest Du diese nachts wirken lassen und tagsüber weiterhin die „Apfelessig- und Co.-Mischung“, sowie die Zinksalbe gebrauchen.

Verfahre also zweimal täglich (morgens und mittags), aber mindestens einmal täglich so, wie Du es bisher gemacht hast und ich es oben unter den Punkten 1 – 6 beschrieben habe. Abends, kurz bevor Du zu Bett gehst, reinigst Du die Haut gründlich mit seifenfreier Waschlotion von der noch vorhandenen „Apfelessig- und Co.-Lösung“, sowie der Zinksalbe. Mache es Dir dann, wie gewohnt, auf der Couch und einem dicken Handtuch bequem, trage die Propolis-Salbe großflächig dünn auf und reibe sie gut ein. Dann nehme Deine Rotlichtlampe und bestrahle die Haut ca. 15 Minuten damit. Achte darauf, dass Du diese Zeit nicht überschreitest und Du die Wärme als angenehm empfindest. Anderenfalls kann es zu einer Verbrennung Deiner Haut kommen!

### **Erfolge**



Erste Erfolge der Behandlung solltest Du am Ende der zweiten oder dritten Woche sehen können. Die Haut sollte sich pellen, einige Feigwarzen sollten verkrustet sein, oder sich weiß verfärbt haben. Wahrscheinlich sind auch einige Feigwarzen hinzugekommen, die aussehen wie kleine Pickel. Ebenso kann es sein, dass die ein oder andere Feigwarze entzündet ist und weh tut, wenn Du sie berührst. All das sind sehr gute Zeichen dafür, dass die Behandlung wirkt und sollten Dir Mut machen, weiterhin mit dieser Methode zu arbeiten.

### **Die nächsten Wochen**

In den nächsten Wochen ist es wichtig, dass Du mit der Behandlung nicht nachlässig wirst. Nur dann wirst Du irgendwann sagen können: „Sie sind tatsächlich alle verschwunden“. Wie ich bereits schrieb, soll es sich hier lediglich um einen Vorschlag für eine Behandlung handeln. Es ist keineswegs ein „Masterplan“. Ungefähr so wie beschrieben, habe ich meine eigene Behandlung erfolgreich durchgeführt. Experimentiere ruhig etwas mit den Abläufen, wenn diese in der Form, wie ich sie beschrieben habe, nicht zu Fortschritten führen sollten.

### **Die meiner Meinung nach sehr wichtigen Punkte möchte ich aber hier noch einmal herausheben:**

1. Je häufiger die „Apfelessig & Co.-Mischung“ aufgetragen wird, desto besser!
2. Je salziger die „Apfelessig & Co.-Mischung“ ist, desto besser!
3. Je länger die Zinksalbe auf der Haut ist, desto besser!
4. Je länger die Propolis-Salbe nachts auf der Haut ist, desto besser!
5. Wenn Du eine Rotlichtlampe hast und auch die Propolis Kapseln nimmst, umso besser!
6. Halte Deinen Intimbereich trocken. Die Zinksalbe hilft Dir dabei. Wechsle verschwitzte Unterwäsche schnellstmöglich!
7. Rasiere Deinen Intimbereich nicht. Kleinste Verletzungen fördern die Entwicklung von neuen Feigwarzen. Nehme auch kein Enthaarungsmittel – es reizt die Haut unnötig!

### **Was kann ich noch tun?**

Zur unterstützenden Behandlung habe ich noch ein paar zusätzliche Tipps für Dich:

- x versuche, Dich ein wenig gesünder zu ernähren. Esse viel Obst und Gemüse, weniger Fleisch
- x trinke viel, mindestens 1,5l täglich (Mineralwasser)
- x schränke den Alkoholkonsum ein, ebenso das Rauchen
- x treibe etwas Sport, oder bewege Dich zumindest. Selbst, wenn es nur ein täglicher, halbstündiger Spaziergang an der frischen Luft ist!
- x versuche (etwas) stressfreier zu leben, gönne Dir „Auszeiten“
- x Sorge für genügend Schlaf
- x kommuniziere mit Menschen, die die gleichen Probleme wie Du haben. Da das Thema Feigwarzen eher ein Tabu-Thema ist, über das niemand gerne spricht, lege ich Dir das Forum Med1 wärmstens ans Herz. Es tut sehr gut, einfach einmal mit Menschen ganz zwanglos über dieses Thema „reden“ zu können und Erfahrungen auszutauschen. Die Anmeldung ist kostenfrei und verpflichtet zu nichts! (<http://www.med1.de/Forum/HPV/>)

### **Endlich feigwarzenfrei**

... da gratuliere ich natürlich erst einmal ganz ganz herzlich. Ich weiß, welcher Stein Dir vom Herzen gefallen ist! Vermutlich war es nicht nur ein Stein, sondern ein ganzes Gebirge...



Vorsichtshalber solltest Du die Behandlung aber noch ein paar Tage fortsetzen. So kannst Du auch sicher sein, dass wirklich alle Feigwarzen beseitigt sind. Ich selbst bin dazu übergegangen, die Behandlung dann nur noch mit „vermindertem Aufwand“ zu betreiben. An einem Tag einmal die „Apfelessig & Co.-Mischung“ mit Zinksalbe, am nächsten Tag einfach nur die „Propolis-Salbe“. Nur ein direktes und komplettes Einstellen der Behandlung solltest Du wirklich unterlassen.

### **IX Schlussworte**

Zunächst einmal möchte ich sagen, dass es mir wirklich ganz viel Spaß gemacht hat, dieses Dokument zu erstellen. Es ging erstaunlich schnell und ich hätte auch nicht gedacht, dass daraus so viele Seiten werden würden.

Vermutlich lag dies daran, dass ich mehr Motivation als genug hatte. Denn ich habe mit einer simplen Methode meine Feigwarzen „besiegt“ und möchte gerne allen helfen, die sich mit diesem lästigen Übel „herumschlagen“. Eine Hilfe für alle ist vermutlich nicht möglich, aber ich hoffe, dass ich mit diesem Dokument zumindest etwas Unterstützung anbieten konnte.

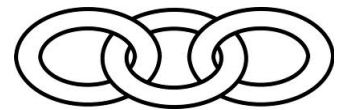
Vielleicht liest man sich ja im Med1.de-Forum!

Liebe Grüße und viel Gesundheit wünscht Dir das

„Ex-Warzenschwein“



## 8. X Interessante Links zum Thema



### **Meine eigene Homepage zum Thema, inkl. Chat und Forum**

<http://warzenschwein.bplaced.net/>

### **Feigwarzen**

[http://de.wikipedia.org/wiki/Condylomata\\_acuminata](http://de.wikipedia.org/wiki/Condylomata_acuminata)

<http://www.geschlechtskrankheiten.de/geschlechtskrankheiten-mann/feigwarzen/allgemein/>

<http://www.geschlechtskrankheiten.de/geschlechtskrankheiten-frau/feigwarzen/>

<http://www.apotheken-umschau.de/geschlechtskrankheiten/feigwarzen>

<http://www.die-warze.de/warzentypen/feigwarzen.html>

<http://www.schleswig-holstein.de/Gesundheit/DE/Gesundheitswissen/PartnerschaftSexualitaet/feigwarzen.html>

<http://jucknix.de/feigwarzen-bilder/>

<http://www.ihr-wellness-magazin.de/gesundheit/was-hilft-gegen/feigwarzen.html>

<http://www.med1.de/Forum/HPV/>

### **Apfelessig**

<http://de.wikipedia.org/wiki/Apfelessig>

<http://www.fid-gesundheitswissen.de/naturheilkunde/apfelessig/>

<http://suite101.de/article/apfelessig---wirkung-inhaltsstoffe--anwendung-a70979>

<http://www.essig.at/essig-nach-der-tcm/>

### **Propolis**

<http://de.wikipedia.org/wiki/Propolis>

<http://propolis.heilen-mit-naturheilkunde.de/>

<http://www.cumnatura.de/propolis>

[http://www.thiele-und-thiele-consult.de/Propolis/Propolis\\_ge.html](http://www.thiele-und-thiele-consult.de/Propolis/Propolis_ge.html)

### **Neo Ballistol**

<http://www.ballistol.de/44-0-NEO-BALLISTOL-Hausmittel.html>

[http://www.ballistol-wiki.de/index.php/Neo\\_Ballistol](http://www.ballistol-wiki.de/index.php/Neo_Ballistol)

[http://www.ballistol-wiki.de/index.php/Erfahrungsberichte\\_Neo\\_Ballistol](http://www.ballistol-wiki.de/index.php/Erfahrungsberichte_Neo_Ballistol)

### **Rotlichtlampen**

<http://de.wikipedia.org/wiki/Infrarot-Behandlung>

[http://www.helpster.de/rotlichtlampe-anwendung-funktioniert-so\\_54550](http://www.helpster.de/rotlichtlampe-anwendung-funktioniert-so_54550)

[http://www.elv-downloads.de/service/manuals\\_hw/82143\\_IRL100\\_UM.pdf](http://www.elv-downloads.de/service/manuals_hw/82143_IRL100_UM.pdf)

### **einige Online-Apotheken**

<http://shop.apotal.de/>

<http://www.apodiscounter.de/>

<http://www.docmorris.de/>

<http://www.juvalis.de/>

### **Haftungsausschluss**

*Dieses Dokument ersetzt keine medizinische Behandlung und soll auch keine laufende Behandlung medizinischer oder psychotherapeutischer Art ersetzen. Die Verantwortung für Deine medizinische Versorgung liegt allein bei Dir. Ich mache auch keine Heilversprechen oder körperliche Heilbehandlungen.*

Das originalgetreue Verbreiten dieses Dokuments ist erlaubt und erwünscht!