



# PRAXISTIPP

Lennebergstrasse 1  
55124 Mainz  
Tel. 06131/43936  
Fax 06131/941250

## Hyperhidrose (Übermäßiges Schwitzen)

Schwitzen ist gesund und eine natürliche und notwendige Reaktion des Organismus um die Körpertemperatur zu regulieren. Durch die Ausscheidung der Schweißflüssigkeit über die Haut und deren anschließende Verdunstung wird der Körper vor einer Überhitzung geschützt. Täglich verlieren wir 300 bis 700 ml Schweiß über unsere Haut. Je nach Außentemperatur oder Körpertemperatur (Fieber) auch deutlich mehr.

Übermäßiges Schwitzen am Kopf, an den Händen, an den Füßen oder am ganzen Körper kann aber auch Ausdruck anderer Erkrankungen sein. Insbesondere bei Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Schilddrüsenerkrankungen, Übergewicht oder Hormonstörungen (Wechseljahre) kann vermehrtes Schwitzen auftreten. Dann versucht man durch die Behandlung der auslösenden Krankheit Besserung zu erreichen. Das funktioniert aber auch nicht in allen Fällen befriedigend. Auch Arzneimittel können zu vermehrtem Schwitzen führen. Sehr häufig tritt das Schwitzen jedoch ohne jede Ursache auf. Dann sprechen Mediziner von einer sogenannten primären Hyperhidrose.

Ob mit oder ohne erkennbare Ursache ist das übermäßige Schwitzen für die Betroffenen oft sehr unangenehm, da sie andauernd oder in besonderen Stresssituationen starke Schweißausbrüche haben. Durchgeschwitzte Kleidung, nasse Haare oder unangenehmer Körpergeruch sind die Folge, sodass mehrmals täglich die Kleidung gewechselt werden muss. Durchgeschwitzte Hemden, Schweißperlen auf der Stirn oder feuchte Hände können je nach Ausprägung von den Betroffenen als so belastend empfunden werden, dass sie sich aus dem gesellschaftlichen Leben mehr und mehr zurückziehen.

Zur Diagnose einer Hyperhidrose benötigt der Arzt die ganze Krankheitsvorgeschichte, Informationen zu den Beschwerden und der aktuellen Lebenssituation. Die Schweißproduktion kann mit bestimmten relativ einfachen Methoden dermatologisch gemessen werden.

Zur Besserung der Beschwerden sind verschiedene Maßnahmen sinnvoll. Neben Medikamenten kommen begleitende Therapien wie Entspannungsübungen (Autogenes Training, Yoga, Sport) bei überwiegendem Schwitzen in emotionalen Belastungssituationen in Frage. Aktiv auf die Menschen im täglichen Umgang zugehen und die Beschwerden schildern. So wird Verständnis gefördert, dass man zum Beispiel nur ungern die Hand zum Gruß reicht. Das könnte sonst als Unhöflichkeit empfunden werden und die Ausgrenzung fördern.

Lokal wird die Hyperhidrose vor allem mit Aluminiumchloridlösungen behandelt. Diese sind in der Apotheke als Deodorants erhältlich und gut zur Anwendung in der Axelhöhle und an Händen und Füßen geeignet. Brennen, Jucken und rissige Haut können auftreten. Die lokale Behandlung mit Nervengift (Botulinumtoxin) ist noch relativ neu. Botulinumtoxin wirkt sehr gut im Bereich der Axelhöhle und kann zwischen 5 und 12 Monaten wirken. Die Behandlung mit Schwachstrom-Bädern (Iontophorese) ist nur bei leichten Formen der Hyperhidrose erfolgreich und sehr aufwendig. Salbeitee oder Tablettenzubereitungen sind dem Bereich der Naturheilmedizin zuzuordnen und in ihrer Wirksamkeit nicht hinreichend untersucht. Dennoch sind diese Präparate oder Waschungen des Körpers nach dem Duschen mit Salbeitee ein nebenwirkungsfreier und kostengünstiger Versuch.

Medikamente zur Behandlung der Hyperhidrose sind Bornaprinhydrochlorid und Methantheliniumbromid. Letzteres scheint relativ gut bei axillärem Schwitzen zu wirken. Man sollte jedoch wissen, dass bei diesen Medikamenten auch erhebliche Nebenwirkungen auftreten können. Zum Beispiel Mundtrockenheit, Übelkeit, aber auch Benommenheit und sogar Halluzinationen. Methantheliniumbromid scheint besser verträglich zu sein, wirkt relativ schnell und kann so auch bei Bedarf kurzfristig angewendet werden.