

KRANKHAFTES SCHWITZEN

Hyperhidrose: So bleiben Sie trocken

Schwitzen auch bei Minustemperaturen – darunter leiden allein in der Schweiz bis 300 000 Personen. Therapie-Angebote gibt es einige, doch nicht alle sind effektiv. Sehr gute Resultate erzielen Dermatologen mit dem Wirkstoff Botulinumtoxin, der schweissregulierende Nervensignale blockiert.

Text VERENA THURNER

Endlich Sommer! Die Sonne brennt, der Asphalt flimmert, die Menschen flanieren leicht bekleidet durch die Strassen, geben sich in Strassen-Cafés dem mediterranen Lebensgefühl hin. Wäre da bloss nicht die abendliche Fahrt in Bus und Tram zur Rush-hour! Ein Horror für empfindliche Nasen. Und die Schweissränder an zerknitterten Hemden sind auch kein besonders angenehmer Anblick. Dass man bei Temperaturen um 30 Grad ins Schwitzen kommt, ist normal. Die Schweissdrüsen befeuchten bei Wärme die Haut und regulieren so die Körpertemperatur. «Schwitzen gehört zu den Grundfunktionen unseres vegetativen Nervensystems und dient in erster Linie der Kühlung des Körpers», sagt Dr. Oliver Ph. Kreyden, Facharzt für Dermatologie und Hyperhidrose-Spezialist in Muttenz BL.

Unabhängig von schweisstreibenden Temperaturen leiden allein in der Schweiz zwischen 150 000 und 300 000 Personen an sogenannter Hyperhidrose, an krankhaft starkem Schwitzen. Bei der häufigsten übermässigen Schweissbildung handelt es sich um die fokale Hyperhidrose. Das bedeutet, dass bestimmte Körperstellen betroffen sind, meistens Achselhöhlen, Hände oder Füsse, manchmal auch das Gesicht. «Bei Hyperhidrose-Patienten oder -Patientinnen ist die Steuerung des vegetativen Nervensystems gestört. Das System arbeitet auf zu hohem Niveau», erklärt Dr. Kreyden das Phänomen.

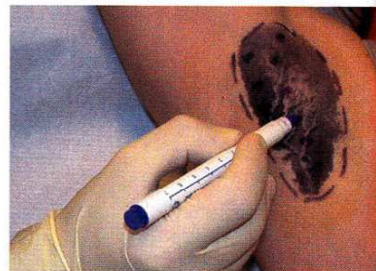
Häufig zeigt sich die Hyperhidrose erstmals bei Jugendlichen und jungen

Erwachsenen, gleichermassen bei Männern wie Frauen. Durch Stress, Emotionen oder körperliche Aktivitäten verschlimmern sich die Symptome meistens noch. Dass der soziale und berufliche Alltag durch das krankhafte Schwitzen massiv beeinträchtigt wird, ist nachvollziehbar. «Das kann bis zur Soziophobie führen. Betroffene getrauen sich nicht mehr in die Gesellschaft», fügt der Dermatologe hinzu. Damit es nicht so weit kommt, sollten sich Betroffene so früh wie möglich bei einem Dermatologen melden. Mit einem Test, bei dem die Schweissmenge sichtbar gemacht wird, stellt er fest, wo die lokale Ausbreitung am stärksten ist.

Beschränkt sich die Hyperhidrose auf die Achselhöhlen, wird der Dermatologe zuerst Anti-Transpirantien mit Aluminiumchlorid einsetzen. Sie verengen oder verschliessen vorübergehend die Ausführungsgänge der Schweissdrüsen. «Die Schweissmenge wird um 20 bis 60 Prozent reduziert», erklärt Dr. Oliver Ph. Kreyden. Bei einem Fünftel seiner Patienten ist der Spezialist mit dieser Behandlung erfolgreich.

Bei übermässigem Schwitzen an Händen oder Füssen kommt die Iontophorese zum Zug: Dabei werden die betroffenen Stellen in Wasser gelegt, durch das schwache elektrische Strom fliesst. Vermutlich werden dadurch die Schweiss-Ausgänge verschlossen. Allerdings benötigt der Patient initial täglich eine Sitzung während zehn aufeinanderfolgenden Tagen. Danach zwei bis vier Sitzungen alle zwei bis vier Wochen. Die Iontophorese ist meist erfolgreich, bedingt aber eine Dauerbehandlung.

Anfangs bis zu 90 Prozent erfolgreich ist das Absaugen der Schweissdrüsen in den Achselhöhlen, ähnlich einer Liposuction. Nach einem Jahr profitiert aber nur noch etwa ein Fünftel von dieser Methode. Eigentlich logisch, wenn man bedenkt, dass wir pro Quadratzentimeter 620 Schweissdrüsen haben. Beim



Der Minor'sche Test mit einer speziellen Lösung zeigt, wo die Schweissmenge am grössten ist.



Markierung der Einstichstellen. Die Injektionen im Abstand von einem Zentimeter sind schmerzarm.

Absaugen erreicht der Mediziner zwar einige der Drüsen, aber bei weitem nicht alle. Auch bei der Saugkürettage, einem minimal invasiven chirurgischen Eingriff, werden die Schweissdrüsen abgesaugt und kürettiert. Der anfängliche Erfolg liegt in der mechanischen Zerreissung von kleinsten Nervensträngen. Nach einem Jahr regenerieren sie sich, und 75 Prozent der Patienten schwitzen wieder.

Eine revolutionäre Methode bei starkem Schweissaukommen an Achselhöhlen, Händen oder Füssen ist die Injektion von Botulinumtoxin Typ A. «Die Substanz blockiert die Nervensignale, die die Schweissdrüsen regulieren», erklärt Dr. Kreyden. Pro Achselhöhle sind feine, kaum schmerzhaft Injektionen im Abstand von einem Zentimeter nötig, um ein gutes Resultat zu erreichen. Der Effekt hält sechs Monate an.

Aber auch an Händen und Füssen setzt der Dermatologe Botulinumtoxin ein. Vor allem dann, wenn Betroffene die

Botulinumtoxin Typ A blockiert die Nervensignale, die die Schweissdrüsen regulieren. Der Effekt ist sehr gut und hält etwa sechs Monate.

Dauerbehandlung mit der Iontophorese aus zeitlichen Gründen nicht durchführen können. Da die Injektionen in Hand- und Fussflächen sehr schmerzhaft sind – immerhin benötigt Dr. Kreyden für eine Hand 50 Einstiche –, hat der Dermatologe eine eigene Anästhesie-Methode entwickelt. «Zunächst führen wir eine 30-minütige Iontophorese mit Lidocain, einem Lokalanästhetikum, für eine oberflächliche Betäubung durch. Danach wird jede Einstichstelle vorher mit flüssigem Stickstoff besprüht. Die Kryotherapie begünstigt eine hohe Patienten-Zufriedenheit.»

Nützen alle diese Methoden nichts, bleibt als letzte Möglichkeit die endoskopische transthorakale Sympathektomie. Dabei werden die Nerven, die die betroffenen Stellen stimulieren, chirurgisch durchtrennt. Eine Nebenwirkung dieses Eingriffs, der in Vollnarkose durchgeführt wird, kann das Auftreten von übermässigem Schwitzen an andern Körperstellen sein, meist sind es der Rücken oder die Oberschenkel.

CHECK Schwitzen nach Stufen

GRAD I LEICHTE HYPERHIDROSE

- **Achsel, Hände oder Füsse:** deutlich vermehrte Hautfeuchtigkeit.
- **Achsel:** Schweißflecken mit 5 bis 10 cm Durchmesser.

GRAD II MÄSSIGE HYPERHIDROSE

- **Achsel, Hände oder Füsse:** Bildung von Schweissperlen.
- **Achsel:** Schweißflecken mit 10 bis 20 cm Durchmesser.

GRAD III STARKE HYPERHIDROSE

- **Achsel, Hände oder Füsse:** Schweiß tropft.
- **Achsel:** Schweißflecken mit über 20 cm Durchmesser.

Tipps für den coolen Sommer

► **DEODORANTS** Schweiß besteht zu 99 Prozent aus Wasser, ist also geruchlos. Schlecht riecht Schweiß erst durch die bakterielle Zersetzung. Hyperhidrose-Patienten zum Beispiel «schweisseln» nicht, da der Schweißfluss zu hoch ist, um sich zu zersetzen. Normal schwitzende Zeitgenossen benutzen in der Regel täglich Deodorants, die verhindern, dass der Schweiß sich bakteriell zersetzt. Die meisten Deos enthalten Aluminiumchlorid, das die Ausführungsgänge der Schweissdrüsen verengt oder verschliesst. Für sensible Personen, die mit Brennen und Jucken auf die Substanz reagieren, gibt es Alternativen, wie zum Beispiel das Schweizer Produkt Lavilin von Parsenn. Es gibt noch andere Deos ohne Aluminium: Zusammensetzung beim Kauf genau studieren!

Deodorants verhindern, dass sich der Schweiß zersetzt und schlecht riecht.



Dr. Oliver Ph. Kreyden, Dermatologe und Hyperhidrose-Spezialist in Muttenz BL.