

# PULS

## Live-Chat zum Thema «Übermässiges Schwitzen»

**10.06.2013 - 21:00:03 Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Willkommen im Puls-Chat zum Thema übermässiges Schwitzen! Unsere Experten beantworten ab jetzt gerne Ihre Fragen.**

Frage von D. U., Zofingen: Guten Tag Ich bin heute 24 Jahre alt. In meiner Pubertät begann es, dass ich im Achselbereich ziemlich stark schwitzte und es dann auch recht schnell übel riecht. Ich hatte permanent Schweißflecke unter den Armen egal ob ich heiss oder kalt hatte, egal ob es Winter oder Sommer war. In der Apotheke wurde mir Etiaxil empfohlen. Für mich begann ein neues Leben ohne Angst. Nach ca. 5 Jahren musste ich auf das stärkere umsetzen. Beim Arzt war ich nie wegen dem. Bin ich auch betroffen von Hyperhidrose?

21:08:09 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Ja, in Ihrem Fall würde man von einer Hyperhidrose sprechen, da Sie ja unter der vermehrten Schweißsekretion leiden und es Ihren Alltag beeinträchtigt.

Frage von S. M., Biberist: Guten Tag Ich bin 32 Jahre alt. Seit der Jugend schwitze ich, damals eher nur an den Händen stark und unter den Achseln und ein wenig am Rücken. Doch mit den Jahren wurde es immer wie schlimmer. Zur Zeit ist es ganz extrem, ich schwitze von Kopf bis Fuss. Ich schwitze sogar an den Beinen dass es an gewissen Hosen Flecken hinterlässt. Ganz extrem ist es an Kopf und der gesamte Oberkörper. Es strömt bei warmen Tagen wie Bäche von allen Seiten herunter. Was kann ich tun? Ich bin verzweifelt :-)

21:15:06 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Wenn Sie die heutige Sendung verfolgen werden Sie sehen, dass es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten gibt. Zunächst sollte man aber abklären, ob es sich um eine primäre oder eine sekundäre Hyperhidrose handelt. Sekundär würde bedeuten, dass dem vermehrten Schwitzen ggf eine internistische Erkrankung zugrunde liegt (z.B. Schilddrüsen-Überfunktion). Bei der primären Hyperhidrose findet man keine Grunderkrankung, das Schwitzen tritt oft Situationsgebunden auf und eigentlich nie im Schlaf. In Ihrem Fall würde ich empfehlen, einmal einen Dermatologen aufzusuchen.

Frage von i. v., Biel: Guten Tag, Werden die Therapien oder OP-Kosten von den Zusatzversicherungen übernommen. Es gibt ja Option Operation oder Option Botox, habe von beiden schon gehört. Werden beide Therapien von Krankenkassezusätze übernommen, da es den Alltag beeinträchtigt?

21:20:18 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Das kann man leider nicht generell beantworten. Sie müssen das mit Ihrer jeweiligen Krankenkasse abklären. Bei nur wenigen meiner Patienten wird beispielsweise das Botox von der Krankenkasse übernommen. Die Krankenkasse beteiligt sich in sofern, dass Sie die Kosten für die medizinische Konsultation übernimmt und die Abklärung der

Hyperhidrose inclusive Schweisstest. Die Leitungswasser-Iontophorese wird ebenfalls fast immer erstattet, auch kann ein Gerät für die Behandlung zuhause beantragt werden.

Frage von y. s., wolhusen: Mein Mann und 2 unserer Kinder haben starken Fusschweiss. Was können wir unternehmen? vorallem bei den Jungs, (6jahre und 7 jahre) es war schon als baby sehr schlimm und musste ihnen täglich bis zu 3 mal die söckli wechseln.

21:23:53 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Ganz wichtig ist, nicht zu synthetischen Socken zu greifen. Lieber Baumwollsocken oder Naturfasern. Kein okklusives Schuhwerk, in dem der Fuss nicht atmen kann. Ggf können sie schweisabsorbierende Einlagen ausprobieren, z.B. Zedernholz.

Frage von b. b., pfungen: Seit der geburt von meinen kindern, schwitze ich ganz extrem under der Brust...gibt es irgendwelche möglichkeiten, dies zu "unterdrücken" oder "auszuschalten"?

21:28:00 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Zunächst würde ich mir ein Aluminiumhydrat haltiges Präparat in der Apotheke besorgen und ausprobieren. Z.b. Excipial-Deo-forte 2 x / Woche. Die Faltenregionen wie unter der Brust, wo Haut auf Haut liegt, sollten jedenfalls trocken gehalten werden. Sie können auch etwas einlegen, wie Leinenlappchen. Sonst bietet das feuchte Milieu Bakterien einen Nährboden. Ggf auch Zinkpaste einmal täglich.

Frage von A. R., 8302 Kloten: Guten abend ich schwitze sehr stark am kopf im gesicht an der stirn hab ich es im griff durch AHC20 <http://ahc20-classic.ch/de/produkte?open=4> ich überlege mir schon lange mit deswegen operieren zu lassen aber ich habe angst das ich danach vielleicht verstärkt an den händen oder anderswo schwitze wie stehen die chancen das ich nach der Op geheilt bin ?

21:30:02 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Was wollen Sie genau für eine Operation vornehmen lassen?

Frage von H. R., Lyss: Guten Abend, Folgendes Problem habe ich: Während dem Sommernächten (hohe Temperaturen) kommt es vor, dass ich sehr stark während der Nacht schwitze am Körper (vorallem in Nackenbereich) und der Schweiss riecht stark säuerlich (Essig). Weshalb ist dies so und was kann dagegen gemacht werden? Vielen Dank

21:31:26 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Nachtschweiss sollte eigentlich internistisch abgeklärt werden und ist nicht typisch für eine einfache Hyperhidrose.

Frage von N. K., Zürich: Ich schwitze extrem an den Füßen. Oft auch in offenen Schuhen so stark, dass ich aus Sandalen flutsche und die Schweissperlen in den Fussflächen sehe. Diverse Mittel aus der Apotheke bringen nichts, obwohl ich unter den Achseln bsp. gut auf Etiaxil anspreche. Auch Strombehandlung brachte nichts. Ist Botox die letzte Möglichkeit?

21:32:57 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Es ist eine gute Möglichkeit, leider hält der Effekt nicht immer sehr lange an. Das kann zwischen 3 und 8 Monate helfen, dann müssten Sie die Botox-Behandlung wiederholen, wenn das Schwitzen wieder beginnt.

Frage von B. B., Bern: Guten Abend ... ich bin 40 und schwitze seit knapp 10 jahren oft sehr stark an der Stirn; meistens fängt es an beim Einsteigen in z.b. Tram oder Bus, nach 1 Minute ist die Stirn klatschnass. es ist mir peinlich, ich denke mich schauen dann alle an, und dann schwitze ich natürlich noch mehr. Könnte hier ev. anti-transpirant helfen? danke

21:34:08 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Ja, auch hier würde ich es zunächst mit einer Aluminiumsalz-haltigen Creme versuchen.

Frage von P. S., Arbon: Guten Abend, Zum Thema Schwitzen habe ich eine Frage an Sie. Ich war vor kurzem bei meinem Hausarzt wegen meines Schwitzen. Er hat ein alle Werte im Labor getestet und es war alles in Ordnung. Mein Riesenproblem ist das ich Nicht am Körper schwitze sondern mir der Schweis zum Haaransatz rausläuft in Massen. Was könnten Sie mir für das Schwitzen im Gesicht empfehlen?

21:35:49 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Auch am behaarten Kopf und an der Stirn kann Botox eine gute Behandlungsvariante sein.

Frage von y. s., wolhusen: das haben wir alles schon versucht und leider kein erfolg gehabt. gibt es noch irgendwelche möglichkeiten?

21:37:26 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Haben Sie die Leitungswasser-Iontophorese schon mal probiert? Das hilft meiner Erfahrung nach eigentlich sehr gut. Oder einfach Fussbäder mit Adstringentien, z.B. Tannosynt liquidum.

Frage von G. S., Uzwil: Ich schwitze extrem im Afterbereich, so das der Stuhl auf dem ich sitze sogar nass wird. was kann man unternehmen?

21:38:40 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Eine schwierige Situation. Als Therapieversuch werden an spezialisierten Zentren Botulinum-Behandlungen durchgeführt. Lassen Sie sich von Ihrem Hausarzt beraten.

Frage von F. G., Zürich: Auf Al-hydrat deos reagiere ich mit sehr starkem juckreiz, habe alles wieder abgesetzt. Gibt es alternativen? (Ohne eingriffe?)

21:40:13 Antwort von Dr. Christian Heinemann: auch axillär kann die leitungswasser-Iontophorese angewendet werden. Das ist kein invasives Verfahren und hilft oft gut.

Frage von D. G., Appenzell: Schwitzt man mit dieser Hyperhydrose andauernd oder kann übermässiges Schwitzen beim Sport auch dadurch bedingt sein?

21:40:24 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Bei der Neurodermitis ist die Grundbehandlung mit rückfettenden Lotionen sehr wichtig. Dies können Sie am Morgen durchführen. Kortison-Salben kommen zur Nacht regelmässig zur Anwendung

Frage von P. G., Charmey: Guten Abend, mein Sohn ist heute 5 1/2 Jahre alt. Schon als baby war er jedesmal tropfnass wenn ich ihn aus dem bett nahm. Der autositz, die sonnenhüte, T-Shirts, alles ist immer nass und weiss vom schweiss. Kann o. Muss man da etwas machen? Vielen Dank!

21:41:56 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Dies würde ich mit dem PEDIATER nochmal anschauen.

Frage von J. B., Liestal: Was muss man rechnen bei einer operativen Entfernung der Schweisssdrüse, unter den Armen?

21:42:22 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Es muss eine Kostengutsprache bei der Krankenkasse eingeholt werden. Die Kosten belaufen sich je nach Aufwand zwischen 1'500.00 bis 2'500.00 CHF

Frage von S. L., Winterthur: Guten Abend Ich schwitze relativ stark, kann dies aber mit entsprechenden Deos gut meistern! Mein Problem ist, dass ich den Schweissgeruch auch mit 60 Grad waschen nicht aus den Kleider bringe... Was kann ich da tun? Und soll ich mein Deo (Vichy Stress resist) über nacht anwenden?

21:44:36 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Der Schweiss selbst riecht eigentlich nicht, das kommt eher durch die bakterielle zersetzung von Fettsäuren. Dabei entsteht z.B. Isovaleriansäure, die recht beissend riecht. Ggf müsste das Schwitzen doch wirkungsvoller reduziert werden und lokal antibakteriell behandelt werden. Ggf auch Gewichstsreduktion.

Frage von C. P., Au-ZH: Ich bin jetzt in der Pubertät und ist das normal das ich manchmal ohne Anstrengung schwitze? Danke für ihre Antwort

21:46:02 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Gerade in der Pubertät tritt Schwitzen oft Situationsgebunden auf. Dem würde ich keine Krankheitswert beimessen.

Frage von M. K., Hinwil: Im Sommer schwitze ich sehr schnell. Jedes Mal wenn ich schwitze beginnt bei mir ein Neurodermitisschub; ausgelöst durch den Schweiss, der juckt. Ich habe wohl Cortisonsalbe, die kann ich jedoch beim Schwitzen nicht gebrauchen, da die Haut sehr nass ist und alles wieder weggeschwitzt wird z.B. Armbeugen, Stirn. Ich beginne dann mit Kratzen und alles wird verschlimmert. Gibt es da präventiv eine Möglichkeit? Ich trage nur Baumwollwäsche und im Winter ist das Problem eher lösbar.

21:46:58 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Prinzipiell ist es eher von Vorteil weniger zu schwitzen und dafür eher einen roten Kopf zu bekommen. So rot wie Ihr kopf wird, so nass wäre er, wenn Sie dies ändern könnten. Aber es ist leider schwierig in diese Mechansimen einzugreifen.

Frage von y. h., 6460 Altdorf: Ich habe extremer Kopfschweiss. Egal ob ich mich Bewege oder Nervös bin, immer schwitze ich stark am Kopf. Wenn andere langsam warm bekommen, sind meine Haare schon einwenig nass. Es ist sehr unangenehm und ich schäme mich so zu schwitzen. Wass kann man gegen Kopfschweiss unternehmen?

21:48:13 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Je nach Belästigung durch den Schweiss kann hier eine Behandlung mit Botox erwogen werden. Das hilft gut. Leider hält es nicht sehr lang, meist muss es nach 6 Monaten erneuert werden.

Frage von M. C., Zürich: Unter den Armen erziele ich mit einem Antipranspirant sehr gute Ergebnisse, aber was kann man gegen Schwitzen an der Stirne unternehmen?

21:48:26 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Botulinum Injektionen im Stirnbereich werden in spezialisierten Zentren mit gutem Erfolg durchgeführt. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt.

Frage von K. M., Olten: Nur einen Tipp, ich schwitze vor allem bei Stresseinwirkungen, deshalb klebe ich mir immer eine dünne Binde aus Silk in die Bluse, man sieht dies nicht und es saugt den Schweiss auf und ist nicht sichtbar, die Bluse bleibt frisch und die Einlage lässt sich auswechseln.

21:49:56 Antwort von Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Danke für den Tipp!

Frage von M. G., Untersiggenthal: Grüezi, Ich schwitze, wie alle bei, körperlicher Anstrengung. Dies führt bei mir aber zu starkem Beissen und Brennen und irritiert die Haut dann auch sichtbar und ist besonders am Kopf sehr störend. Was kann ich dagegen tun?

21:50:13 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Das kann v.a. bei Neurodermitis-Patienten ein Problem sein. Wenn die Haut dauerhaft ekzematös verändert ist, käme eine Therapie mit antienzündlichen Cremes in Frage.

Frage von M. S., Bern: Ich schwitze beim Sport am Gesicht überhaupt nicht, werde nur knallrot. Sonst kann ich ganz normal, eher stark schwitzen. Kann Ich etwas tun, dass ich auch im Gesicht schwitzen kann?

21:50:56 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Ein häufiges Problem! Der Geruch kommt häufig von einer bakteriellen Zersetzung, weswegen lokale antibiotische Gels oder Crèmen meist sehr gut wirken. Die Leitungswasser-Iontophorese wirkt in aller Regel sehr gut beim Schwitzen der Füsse. Wenn es wirkt eine günstige Therapieform. Allerdings muss sie auch regelmässig durchgeführt werden.

Frage von C. L., Kirchberg: Guten Tag. Ich bin 39 jährig und schwitze sehr stark an den typischen Orten (Achsel, Hände, Füsse), aber bei psychischem Stress auch sehr stark an der Leiste. Für Hände/Füsse und Achseln benutze ich AHC 20 resp 30 und habe guten Erfolg. Darf ich das auch in der Leistengegend benutzen? Merci!

21:51:31 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Das können Sie versuchen, solange es die Haut nicht reizt, ist es ok. Ansonsten wenden wir oft weiche Zinkpaste an, um bakterielle Uebersiedelung in der Leistenfalte zu vermeiden.

Frage von s. m., zh: bei einer agoraphobie oder sozialphobie kann man,auch anfangen zu schwitzen. wie sieht es aus wenn man zum beispiel,an stirnmund denmachseln schwitz und anschl botox spritzt..... kaommt es dan zu kompensatorischen schwitzen an rücken usw?

21:53:32 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Das haben wir ganz selten. In meiner Sprechstunde habe ich das noch nie beobachtet, wurde aber beschrieben. Dann v.a. am Brustkorb lateral, etwas unter der Achselregion.

Frage von C. F., Schwarzenburg: Guten Abend Mein Gatte leidet unter aggressivem Schweiss. Er reagiert mit sehr starkem Juckreiz und Hautausschlag. Zur Zeit nimmt er Antihistaminica ein. Warum reagiert er allergisch auf seine eigene schweissproduktion und was hilft ihm?

21:55:59 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Allergien auf den eigenen Schweiss sind sehr selten und deswegen eher ungewöhnlich. Allerdings können Menschen mit trockener Haut und Allergieneigung häufig aufgrund des Reizes einen Schub. Hier hilft eine regelmässig und gut durchzuführende Rückfettung. Sprechen Sie mit Ihrem Dermatologen. Er kann Ihrem Mann sicherlich helfen.

Frage von R. S., Rapperswil-Jona: Guten Tag... wenn ich in südliche, eher feuchte Gebiete verreise, schwitze ich sehr stark. Nach ein paar Tagen treten an gewissen stellen auf meinem Körper (Arme und Beine) feine Blasen auf die extrem jucken. Kann es sein dass es sich um eine Miliaria (Schweissallergie) handelt? Was kann ich dagegen machen? Hilft hier eine Zinkschüttelmixtur?

21:57:11 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Bei der Miliaria sind die Ausführungsgänge der Schweissdrüsen verlegt und es kann der Schweissaustritt verhindert werden. Ggf Peeling versuchen

(z.B. Lubex) oder bei entzündlicher Komponente (miliaria rubra) örtlich antientzündliche Therapie mit Steroidcreme und antibiotischer Komponente. Ggf. müssten Sie sich diese letzteren Dinge aber verschreiben lassen.

Frage von F. H., NT: Ich bin 18 Jahre und schwitze jeden Tag auch bei keiner Anstrengung unter den Armen.. Gibt es einen besonders guten Deo oder sonstiges Mittel, welches sehr wirksam ist? Da ich selbst noch nicht viel verdienen kann, ich mir diese teuren Therapien nicht leisten...

21:58:03 Antwort von Dr. Christian Heinemann: z.B. Excipial-Deo-Forte, kostet ca. 9 Franken, sollte anfangs ein paar Tage täglich, dann 2 x / Woche angewendet werden.

Frage von M. B., Grenchen: Guten Abend, ich nehme Antidepressiva und ich vermute, dass ich als Nebenwirkung stark schwitze. Kann das von den Tabletten kommen? Und nützt da Botox? Ich schwitze sehr stark unter den Armen, am Kopf und im Brustbereich! Was raten Sie mir? Vielen Dank

22:00:28 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Ja, vermehrtes Schwitzen kann auch medikamentös bedingt sein. Gerade Antidepressiva können das verursachen. Klären Sie es mit dem Arzt ab, der Ihnen die Medikamente verordnet hat. Falls Sie die Therapie nicht umstellen können, nützt hier rein symptomatisch natürlich auch Botox.

Frage von J. H., Zürich: Ich schwitze vor allem im Oberschenkel-, Po-Bereich stark. Was würden Sie mir raten?

22:01:34 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Sie sollten enge Kleidung meiden. Ggf. auch hier Aluminiumsalz-haltige Präparate.

Frage von S. L., Winterthur: Guten Abend, ich schwitze relativ stark, kann dies aber mit entsprechenden Deos gut meistern! Mein Problem ist, dass ich den Schweißgeruch auch mit 60 Grad waschen nicht aus den Kleidern bringe... Was kann ich da tun? Und soll ich mein Deo (Vichy Stress resist) über Nacht anwenden?

22:02:16 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Ein sehr häufiges Problem! Das Schwitzen an sich verursacht keinen Übelgeruch, die Reste des Schweißes, des Deos sowie abgeschilferte Hautschuppen können nach dem ersten Schwitzen einen muffigen Geruch erzeugen. Hier gibt es zwei Möglichkeiten: Sie gehen Ihre Hyperhidrose an (z.B. mit Botulinum-Injektionen) oder Sie kaufen sich in regelmäßigen Abständen neue (billige) T-Shirts. Normale Deos kommen am Tag zum Einsatz, Antitranspiranzien streng zur Nacht!

Frage von L. K., Schönbühl: Grüezi, ich bin 60 Jahre alt und schwitze besonders am Kopf, an der Stirne, bei Hausarbeiten und ganz besonders beim Staubsaugen rinnt mir der Schweiß in Strömen die Stirne herunter. Ich benötige immer mehrere Taschentücher. Ist das normal? Ich empfinde dies als sehr unangenehm. Unter den Achseln schwitze ich normal, an den Händen nicht und an den Füßen auch normal. Was kann ich tun? Danke für Ihre Antwort.

22:02:50 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Nochmal: an der Stirn und im Bereich des behaarten Kopfes hilft Botox eigentlich sehr gut. Die meisten Patienten sind sehr zufrieden mit dem Effekt und lassen die Behandlung nach 6-12 Monaten wiederholen.

Frage von V. G., Bennau: Ich schwitze sehr stark unter den Armen, aber auch im Brustbereich (zwischen den Brüsten). Was gibt es für Mittel für den Brustbereich? Darf da ein starkes Deo oder ein aluminiumchlorid-haltiges Präparat benutzt werden?

22:04:01 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Versuchen Sie Antitranspiranzen streng zur Nacht, ansonsten helfen Botulinum-Injektion, auch im Brustbereich

Frage von S. F., Chur: Guten Tag. Ich schwitze sehr stark unter den Achseln und am Rücken. Bei sportlicher Tätigkeit fängt es bereits nach einer Minute an. Oft schwitze ich auch wenn ich kalt habe. Kann ich dagegen was tun? Ich habe bereits spezielle Deos (mit Aluminiumsalz) verwendet, die die Schweißabsonderung verringern sollten. Leider juckten diese so sehr, das ich sie nicht länger verwenden konnte.

22:04:46 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Bei mehr generalisiertem Schwitzen wird es meist schwieriger. Es gibt auch systemische Therapien (Tabletten). Diese haben aber oft Nebenwirkungen, v.a. Mundtrockenheit. Darum verschreibe ich sie nur sehr selten. Ggf müssen auch Sie nochmal abklären lassen, wieso sie vermehrt schwitzen.

Frage von M. B., Baden: Hallo, Ich schwitze stark im Gesicht, praktisch nur dort. Was kann ich tun?

22:06:44 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Wo im Gesicht? Im Bereiche der Stirne gehen Botulinum-Injektionen sehr gut. Auch im unteren Gesichtsdrittel möglich, aber dies sollte nur von geübter Spezialistenhand durchgeführt werden. Ansonsten können anticholinerge Medikamente versucht werden (z.B. Vagantin)

Frage von G. A., St.Gallen: Ich schwitze sehr schnell und sehr sichtbar (schweisstropfen) auf der Stirn und rund um den Nasenbereich (vorallem wenn ich nervös bin) Was kann ich dagegen unternehmen?

22:10:00 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Botulinum-Behandlungen sind in diesem Bereich sehr häufig sehr erfolgreich. Ansonsten anticholinerge Medikamente.

Frage von y. s., wolhusen: was ist das "leitungswasser-ionophorese?"

22:13:48 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Dabei müssen die Füße ein ein Wasserbad gestellt werden und es wird ein Gleichstrom-Gerät angeschlossen. Dann fließt ein geringer Strom, es prickelt etwas. Dadurch wird die Schweißsekretion sehr wirkungsvoll reduziert. Die Behandlung muss erst täglich, nach etwa 10 Anwendungen noch 2-3 x / Woche durchgeführt werden. Die ersten Behandlungen erfolgen in der Regel in der Praxis, dann kann man sich ein Gerät für daheim verschreiben lassen.

Frage von S. M., Altdorf: Guten Abend..ich bin 25, mache viel Sport. Ich schwitze aber übermäßig unter den Armen. Ich benutze Syneo5. jedoch kommt das schwitzen 2 Tage nach der Anwendung bereits wieder. Haben Sie gute Erfahrungen gemacht mit anderen Produkten? Oder was würden Sie mir empfehlen? Wenn ich es nicht nehme, dann schwitz ich wirklich tellerförmig.

22:14:14 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Bei "teller-grosser" Hyperhidrose unter den Armen müssten Sie als nächsten Schritt ernsthaft die Botulinum-Behandlung in Erwägung ziehen. Hier werden die herkömmlichen Antitranspiranzen versagen.

Frage von S. H., Wabern: Bin 39 Jahre alt und schwitzen seit ca. 3 Jahren extrem in den Achselhöhlen, dh. Ich sitze nur da und es beginnt kalter Schweiß zu laufen, richtiges kleines Rinnsal. Sehr unangenehm. Habe schon Aluminiumsalze probiert ohne Erfolg. In den früheren Jahren hatte nie solches Schwitzen. Es dann auch nicht nur die Achselhöhlen, es natürlich hier am deutlichsten sichtbar. Was kann ich weiter unternehmen?

22:15:27 Antwort von Dr. Christian Heinemann: axillär hilft am besten Botox. Die meisten Patienten lassen jährlich Injektionen vornehmen. Das hilft wirklich fast immer sehr gut. Und ist wenig invasiv, d.h. wir haben noch nie Nebenwirkungen gehabt

Frage von s. e., Effretikon: Guten Abend. Ich habe ein kleines Problem und zwar schwitze ich immer nach dem duschen. Sobald ich ein T-Shirt an habe fang ich an zu schwitzen und kann mir ein neues holen. Was kann ich dagegen tun ?

22:16:39 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Haben Sie versucht, am Schluss mit kaltem Wasser zu duschen? Das kann auch helfen.

Frage von b. a., dättwil: Guten Abend, meine Frage lautet: kann die Ionophorese auch bei den Füßen angewendet werden? Falls ja: wo kann ich mich informieren? Besten Dank

22:17:12 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Hilft sehr gut an den Füßen. Am besten, Sie wenden sich an Ihren Dermatologen.

Frage von L. W., Hünenberg: Guten Abend. Ich habe übermässiges Schwitzen an Hand und Fuss. Ich habe bereits viele Anti-Transpirante (AHC90 usw.), Cremes und die Ionophorese ausprobiert, jedoch haben diese nicht gewirkt. Ich bin wirklich am Ende und weiss nicht, was ich noch unternehmen soll. Eine Operation ist doch ein riskanter Eingriff an Hand und Fuss, oder nicht?

22:18:21 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: In den allermeisten Fällen nützt die Ionophorese gut bis sehr gut. Es ist aber ausserordentlich wichtig, dass die Therapie exakt nach den Vorschriften durchgeführt wird. Ich empfehle Ihnen eine erneute Konsultation bei einem Hyperhidrose-Spezialisten. An den Händen kann eine Botulinumbehandlung helfen, alternativ kommt die operative Nervendurchtrennung in Frage (Nachteil kompensatorische Hyperhidrose). An den Füßen kann die Operation nicht durchgeführt werden.

Frage von V. H., Ebnat-Kappel: Guten Abend, Ich bin jetzt 50 Jahre alt und kämpfe seit 16 Jahren mit übermässigem Schwitzen. Auf meinem Kopf hat sich ein Springbrunnen breitgemacht. Die Dermatologin verschreibt mir eine 30%ige Aluminiumchlorid, ich habe sie seit Samstag und noch nicht probiert, habe morgen noch eine wichtige Verpflichtung, denn ich habe Angst, dass die Lösung vielleicht zu stark sein könnte. Gäbe es noch andere Therapien?

22:19:04 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Am Kopf hilft Botox oft sehr gut. Aber probieren Sie erstmal ihr Präparat, wenn Sie am nächsten Tag keine Verpflichtungen haben.

Frage von M. L., Bremgarten: Guten Abend Wo lasse ich mir am besten meine Achseln operieren (Schweissdrüsen absaugen)? In einer Schönheitsklinik mit guter Erfahrung oder zum Beispiel im Uni Spital? Gibt Preis- oder Qualitätsunterschiede? Besten Dank und schöne Abend

22:19:38 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Zum Beispiel bei uns im DELC in Biel. Oder am Inselspital in Bern natürlich.



Frage von S. M., Bern: Guten Tag. Welche Creme würden Sie für schwitzige Hände empfehlen (beim Sport, wie Z.b. am Barren oder an den Ringen (Magnesium bringt nichts).

22:20:25 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Auch Ihnen würde ich eine Leitungswasser-Iontophores-Therapie empfehlen, probieren Sie es einmal aus!

Frage von S. D., Naters: Hallo ich bin w, 17. Begannen hat alz als ich in die Pubertät mit 13-14 begann das ich sehr fest schwitzende hände, wie auch das gesäss und intimbereich, was imm sommer sehr nervenlich ist da die hellen hosen sich ab ud zu sich verferben, wie auch seht starkes schwitzen an den füssen. Was kann ich tun?

22:21:28 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Wichtig ist, dass nicht alle Schwitz-Zonen aufs Mal behandelt werden. Kümmern Sie sich zuerst um die Hände und Füße. Hier kann Ihnen mit der Iontophorese geholfen werden. Im Intimbereich helfen Botulinum-Behandlungen, werden allerdings nur in spezialisierten Zentren durchgeführt.

Frage von A. H., Reinach AG: Guten Abend. Ich leide unter Stressschwitzen unter den Armen. Rechts ist die Schweissbildung etwa 2 1/2 so stark wie links. Daher trage ich nur weisse Hemden. Mein Hautarzt hat mir "ETIAXIL" empfohlen. Dieses Mittel wirkt dann ca. 2-3 Wochen, bevor die massive Schweissbildung wieder einsetzt. Nebenwirkung: Bei der Anwendung brennt es in den Achselhöhlen, dass ich 2 Nächte kaum schlafen kann. Können Sie mir ein anderes Mittel empfehlen? Vielen Dank und beste Grüsse.

22:22:19 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Versuchen Sie Excipial-Deo-Forte oder wenden Sie ggf nach der Applikation ein lokales Steroid an (creme)..ansonsten wirkt axillär Botox sehr gut, wenn es immer wieder zu Lokalreaktionen auf topische Antitranspiranzen kommt

Frage von J. N., Leibstadt: Guten Abend, ich habe extreme schweissfüsse könnte dich auch eine hyperhidrose sein? den auch wenn ich meine Füße wasche macht es den unangenehmen geruch nur noch intensiver und die Haut lässt sich gerade zu abziehen an meinen Füßen und das egal in welchen Schuhen ich trage die Füße sind nass

22:23:03 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Zur Hyperhidrose: Leitungswasser-Iontophorese Zum Übelgeruch: Versuchen Sie eine antiobiotische Crème oder Gel und wechseln Sie täglich nicht nur Socken, sondern auch Schuhe.

Frage von A. W., Lenggenwil: Guten abend ich schwitze sehr an den füssen habe momentan das mot den elektroshock am ausprobieren aber bin nicht zufrieden ich überberlege mir das ich die operation machen soll oder nicht und ist diese operation einmalig oder muss man es einige male machen und wie ist das mit den kosten zahlt das die versicherung und wie fil kostet es und was sind die risiken bei einer op?

22:25:48 Antwort von Dr. Christian Heinemann: an den Füßen? Was für eine Operation wurde Ihnen empfohlen? Die Innervation der Drüsen kann generell auch im Bereich L3 (dritter Lendenwirbel)unterbrochen werden, birgt aber gewisse Risiken, wird meines Wissens nur selten durchgeführt. Axillär ist es weniger problematisch.

Frage von T. K., Winterthur: Grüezi Ich habe das grosse Problem,dass ich am Kopf extrem schwitze und immer nasse Haare und es läuft mir der Saft runter. Wann ist es bei mir extrem schlimm z.B. in

deinem Kundengespräch, wenn es warm ist und im Raum keine Luft zirkuliert. Ich bekomme echt Zustände und würde am liebsten den Raum verlassen. Privat und im Sport kann ich damit leben aber geschäftlich echt eine massive Einschränkung und schon ein Trauma. Was würden Sie mir raten?  
besten Dank

22:26:37 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Kopfschwitzen wird sehr gut mit Botulinum behandelt, allerdings nur in spezialisierten Zentren. Die Kosten werden nicht von der Krankenkasse getragen, leider. Sehr hilfreich, allerdings nur bei Bedarf (keine Dauertherapie) kann in ausgewählten sehr gut helfen. Sprechen Sie mit dem Dermatologen Ihres Vertrauens.

Frage von N. S., Schaffhausen: Guten Abend Ich schwitze sehr stark an Händen und Füßen. Bin seit Jahren diverse Behandlungen am ausprobieren. Ionto-phorese, hat nicht viel gebracht. Dann bekam ich Tabletten, die auch nicht viel brachten. Was gibt es sonst noch für Möglichkeiten? Mein Arzt findet die Operation nicht empfehlenswert und Botox sei extrem schmerzhaft. Meine Schilddrüse ist gut. Kann es sonst etwas sein?

22:27:01 Antwort von Dr. Christian Heinemann: Wir betäuben jede Einstichstelle vorher mit Eisspray. Wenn es gut durchgeführt wird, ist die Botox-Behandlung an Händen und Füßen gar nicht so schmerzhaft. Die Wirkung hält aber leider oft nicht so lange an wie axillär. Meist zwischen 4-8 Monate.

Frage von A. W., Lenggenwil: Guten abend ich schwitze sehr an den Füßen habe momentan das mit dem elektroschock am ausprobieren aber bin nicht zufrieden ich überlege mir das ich die operation machen soll oder nicht und ist diese operation einmalig oder muss man es einige male machen und wie ist das mit den kosten zahlt das die versicherung und wie viel kostet es?

22:27:43 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Die Nervendurchtrennung ist bei den Füßen zurecht leider noch nicht möglich

Frage von E. K., Wallisellen: Guten Abend Ich bin 17 Jahre alt (männlich) und schwitze sehr stark im Gesicht. Es muss nicht mal besonders warm sein, und ich beginne zu schwitzen. Auch im Tram, Bus oder Zug beginne ich sehr schnell ohne körperliche Belastung zu schwitzen. Was könnte ich dagegen unternehmen?

22:29:59 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Luftige Kleidung, häufiges Wechseln der T-Shirts und Baumwolle-Kleidung. Viel Sport und gesunde Ernährung können helfen. Evtl Aluminiumhaltige Antitranspiranzen in flüssiger Form streng zur Nacht

Frage von M. G., Oetwil am See: Guten Abend Ich bin 25 und schwitze seit vielen Jahren (ws. Pubertät) extrem an den Händen. Ich habe bereits verschiedenste Sachen versucht (Salben, 2x Botoxtherapien). Leider hat dies alles keine Wirkung. Botox max. ein paar Tage. Persönlich kommt für mich nur die Operation in Frage. Leider weiss ich nicht wohin man sich wenden kann. Bisherige Dermatologen konnten nicht helfen und führen (so weit ich weiss) auch keine Operationen durch.

22:34:04 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Erstens Iontophorese mit einem PS-Gerät täglich streng 30 Minuten die ersten 14 Tage mit einer Stromstärke von mindestens 25 mV. Wenn zu wenig Wirkung evtl Kombination mit einem potenten Aluminiumsalz. Zweitens Botulinum-Behandlungen in einem für diese Methode spezialisierten Zentrum. Drittens Nervendurchtrennung (Sympathektomie). An den Thorax-Zentren der Universitätskliniken

Frage von J. S., Landquart: Ich bin 53 Jahre alt. Ich schwitze vorallem am Kopf und am Hals. Es rinnt nur. Antitranspirant mit Aluminiumsalz habe ich am Hals schon ausprobiert. Aber die Haut ist empfindlich und wurde rot. Gibst noch eine andere Möglichkeit für den Bereich Hals?

22:36:32 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: zuerst genau darauf achten wo exakt das Schwitzen beginnt. Sehr häufig sind das kleine Zonen und der Rest ist ein Zusammenlaufen des Schweißes (z.B. Hals). Für diese Situation hilft am bestens Botulinum. Alternativ systemische Tabletten-Therapie mit Anticholinergika. Fragen Sie Ihren Dermatologen.

Frage von R. R., Schüpfheim: Hallo ich habe folgende Frage Ich habe in Schuhen sehr schnell Schweißfüsse habe auch schon so spezielle Schuhe besorgt ( Geox) hat auch nichts gebracht. Was kann ich da tun?

22:36:55 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Leitungswasser-Iontophorese

Frage von C. Z., 7320 Sargans: Guten Abend miteinander. Ich habe eine Frage: Ich benutze oft Lavilin für meine Füsse da ich während der Arbeit sehr oft, stark schwitze. Leider hilft Lavilin nicht mit der gewünschten Wirkung und mit der Zeit riechen meine Füsse stark so das ich es durch die Schuhe rieche. Was könnten mögliche Alternativen sein.

22:39:47 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Leitungswasser-Iontophorese zur Behandlung der Hyperhidrose und antibiotische Crèmen oder Gels zur Behandlung des Übelgeruches

Frage von C. B., Zürich: Ich schwitze schon bei gemässigten Temperaturen sehr stark, v.a. am Bauch und am Rücken. Wenn ich sitze habe ich oft Schweißflecken am Rücken und beim Gesäss. Was soll ich da als erstes unternehmen? Soll ich auch 'normale' Deos mit Antitranspiranzen bereits am Vorabend anwenden?

22:41:21 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Antitranspiranzen sind für die Achselhöhlen geeignet. Grossflächig wie Bauch und Rücken sind diese nicht geeignet. Hier müsste man wahrscheinlich medikamentös behandeln (z.B. Vagantin). Sprechen Sie mit Ihrem Dermatologen

Frage von Y. L., Jonschwil: Guten Abend. Seit ca 3 Jahren schwitze ich bei kleinsten Anstrengungen am Kopf. Ich habe dann auch einen roten Kopf. Ich spüre wie der Schweiß "sprießt" und er dann runter läuft. Es ist peinlich und oft habe ich ein Tüchlein zum abwischen dabei. Auch in der Nacht ust mein Kopf oft nass und das Kissen durchtränkt. Was kann man tun? Was könnte die Ursache sein? Vielen Dank für die Antwort.

22:42:58 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Nachtschweiß muss man ärztlich abklären. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt! Ansonsten können mit anticholinergen Medikamenten gute Erfolge erzielt werden

Frage von M. H., Zürich: Guten Abend. Ich schwitze im Achselbereich stark auch wenn ich mich nicht körperlich anstrengte. Z.B. beim Autofahren, im büro oder so. Trag deshalb auch fast nur weisse oder schwarze T-Shirts. Hat nach meiner Wahrnehmung erst vor 3-4 Jahren angefangen. Kann übermässiges Schwitzen auch mit der Ernährung zu tun haben? Wer ist der richtige Ansprechpartner? Hausarzt, Spezialist?

22:44:34 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Ernährung spielt keine oder zumindest nur unwesentliche Rolle. Therapie der Wahl nach den den Antitranspiranzen ist Botulinum. Ansprechpartner: Spezialist (Dermatologe)

Frage von R. E., Luzern: Ich habe schon immer eher schnell geschwitzt, seit einigen Monaten bzw. ein zwei Jahren ist es deutlich schlimmer und zwar am ganzen Körper. Besonders im Gesicht bzw. Kopf, am Rücken und natürlich Achseln. Aber auch an den Beinen, so dass ich keine bestimmten Farben tragen kann. Ich muss mich nur zwei Minuten etwas anstrengen und schon ist die ganze Kleidung feucht. Auch in der Nacht schwitze ich sehr stark. Ich bin gerade beim Hausarzt. Was könnte er schon mal im Blut abklären?

22:45:56 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Nachtschweiss sollte abgeklärt werden. Ihr Hausarzt kann Sie diesbezüglich sehr gut beraten. Gegebenfalls wird er Sie an einen Spezialisten weiterweisen.

Frage von U. S., St.Ulrich BZ Italien: Guten Abend, ist es Möglich dass Herzmedikamente ( u.a. Cardioaspirin) ein übermässiges Schwitzen verursachen ? Vielen Dank Ulrica

22:46:43 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Ja, das ist möglich. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt.

Frage von S. B., Hochdorf: Guten Abend ich leide schon sehrlange unter Hyperhydrose. Da ich in der Drogerie arbeite, kenne ich alle Spezialdeos. Diese wirken auch immer eine Zeit dann beginnt es wieder. Habe auch schon mit Akkupunktur für ein paar Monate ruhe gehabt. Ich finde von den Deos Etiaxil oder Syneo am besten. Jetzt habe ich gelesen,dass es eine OP gibt, welche den Nerv, welcher zu den Schweißdrüsen geht, trennt.Kennen Sie diese Methode und wie effizient ist diese?

22:48:51 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Leider geben Sie nicht an, wo Sie schwitzen. Die Operation sollte erst als allerletzte Möglichkeit ins Auge gefasst werden. Die Gefahr eines kompensatorischen Schwitzens ist reaktiv hoch! Versuchen Sie Botulinum. SEhr sicher, sehr effizient.

Frage von Y. R., Cham: Guten Abend, Ich habe das Problem, dass ich nicht nur an Händen und Füßen sondern generell am ganzen Körper sehr stark schwitze. Dies ist mir natürlich extrem unangenehm. Ich habe es auch schon mit Etiaxil an verschiedenen Körperstellen versucht, aber ich kann natürlich kein Bad darin nehmen. Was kann ich dagegen tun?

22:51:22 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Etiaxil ist für eine Ganzkörper-Behandlung nicht geeignet. Hier müssten allgemeine Massnahmen wie lockere Kleidung aus Baumwolle, gesunde Ernährung, viel Sport versucht werden. Wenn alles nichts nützt, anticholinerge Medikamente.

Frage von R. H., Zullwil: Ich bin 69 Jahre alt, schwitze sehr stark - nur am Kopf - bei der kleinsten Anstrengung tropft der Schweiß von der Stirn und aus den Haaren d.h. immer nass. Versucht habe ich es mit heissen Fussbädern,Salbeitropfen und versch. mehr - bis heute ohne jeglichen Erfolg.

22:53:12 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Gehen Sie zu Ihrem Hausarzt und lassen sich gut untersuchen. Der Spezialist kann dann mit Ihnen Botulinum-Injektionen oder systemische anticholinerge Tabletten besprechen.

Frage von A. K., Bern: Ich schwitze übermässig am ganzen Körper. Brust, Bauch, Rücken, Nacken so dass der Schweiß oft in Bächen über meinen Körper rinnt. Gibt es auch bei so grossflächigen Problemzonen eine Behandlungsmöglichkeit?

22:54:31 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: So grossflächig müssen anticholinerge Medikamente zum Zug kommen. Wichtig: Ausschluss einer sekundären Hyperhidrose durch den Hausarzt.

Frage von A. F., Gonten: Ich schwitze bei körperlicher Tätigkeit, oder sportlicher Betätigung extrem stark. Der Schweiß rinnt mir in die Augen und brennt sehr stark. Die Kleider sind tiefend nass. Danach können sich sogar Krampfbeschwerden einstellen. Was kann ich unternehmen?

22:56:58 Antwort von Dr. Oliver Kreyden: Schwitzen bei körperlicher Anstrengung ist ein völlig normales Phänomen und hier braucht es eigentlich keine Therapie, auch keine Abklärung. Wenn Sie auch Krampfbeschwerden zeigen, müssten Sie überlegen, etwas häufiger Pausen einzulegen. Isotone Getränke!

**23:00:24 Chat-Moderatorin Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Der Chat ist beendet. Vielen Dank für Ihr Interesse! Es sind so viele Fragen eingetroffen, dass leider nicht alle beantwortet werden konnten. Weitere Informationen zum Thema finden Sie unter <http://www.srf.ch/gesundheit/koerper/schweissnass-ohne-jede-anstrengung>.**

---

## Experten im Chat

Dr. Oliver Kreyden  
Facharzt für Dermatologie und ästhetische Medizin  
<http://www.kreyden.ch>

Dr. Christian Heinemann  
Facharzt für Dermatologie und Venerologie  
<http://www.delc.ch>