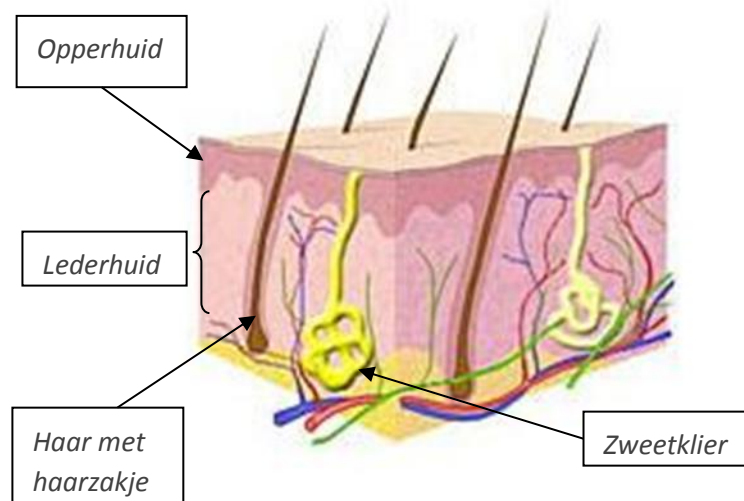


# Overmatig transpireren Hyperhidrose

## Inleiding

Zweten is een normale lichaamsfunctie, waarmee overmatige warmte aan het lichaam wordt onttrokken. Door verdamping van het zweet wordt de huid afgekoeld. In deze folder vindt u informatie over overmatig transpireren (Hyperhidrose). Allereerst over de oorzaken en verschillende vormen. Daarna over de mogelijke behandelingen.



De ligging van de zweetklier in de huid

## Transpireren

Hyperhidrosis is overmatig zweten of transpireren. Transpireren is een normale lichaamsfunctie, waarmee overmatige warmte aan het lichaam wordt onttrokken. Door verdamping van het zweet wordt de huid afgekoeld. Het transpireren neemt toe bij lichamelijke inspanning, emoties of bij het eten van sterk gekruid voedsel.

Bij sommige mensen is de zweetproductie zo hoog dat men hinder ondervindt in het dagelijkse leven. Het werkt belemmerend bij sociale contacten, bijvoorbeeld omdat men geen hand meer durft te geven.

Het overmatig transpireren kan over het gehele lichaam optreden, maar blijft meestal beperkt tot bepaalde lichaamsdelen. De gebieden waar hyperhidrosis het meest voorkomt zijn oksels, gezicht, handpalmen en voetzolen.

## Hoe ontstaat hyperhidrosis?

De oorzaak van hyperhidrosis is meestal niet bekend. Men spreekt dan van idiopathische hyperhidrosis. Waarschijnlijk ontstaat de prikkel om te gaan transpireren in de hersenen. Er is een belangrijke erfelijke component: bij 30-50% van de mensen met hyperhidrosis komt het in de familie voor.

Wanneer alle zweetklieren over het gehele lichaam overmatig actief zijn, ligt de oorzaak meestal bij een onderliggend probleem. Dat kan overgewicht zijn, of de menopauze, een (chronische) infectie, hormonale ziekten (overmatige werking van de schildklier, kanker) of het gebruik van bepaalde geneesmiddelen. Ook kan roken de zweetklieren sterk aanzetten.

Hyperhidrosis kan ontstaan onder invloed van psychische factoren. Meestal ontstaat het in de puberteit en blijven de klachten enkele tientallen jaren bestaan.

## Wat zijn de verschijnselen?

Bij hyperhidrosis zijn bepaalde lichaamsgebieden regelmatig erg vochtig door de overmatige zweetproductie. Dat kan zijn in de handpalmen, in de oksels, op het behaarde hoofd en in het gezicht, op de romp, in de liezen of op de voetzolen. De overmatige transpiratie kan gepaard gaan met een onaangename geur. Deze geur ontstaat doordat bacteriën in aantal toenemen en een geur afgeven.

De onaangename geur bij zweetvoeten vormt vaak een groot probleem. Bij zweetvoeten wordt de huid gemakkelijk geïnfecteerd door schimmels en bacteriën. Overmatig transpireren in de oksels heeft tot gevolg dat de kleding steeds nat is. Mensen die hier last van hebben, moeten meerdere keren per dag kleding verwisselen. Vaak wordt geprobeerd dit te ondervangen door het dragen van donkergekleurde en wijdvallende kleding.

Bij hyperhidrosis van de handen zijn de handpalmen vochtig of zelfs erg nat. Dit leidt tot problemen bij het geven van een hand. Ook het schrijven op papier kan lastig zijn, want het papier wordt doordrenkt met vocht. Soms ontstaat verweking van de huid, waarbij de opperhuid bleek van kleur wordt en gaat rimpelen, alsof men te lang met de handen in het water is geweest.

Hyperhidrosis op het voorhoofd en op de behaarde hoofdhuid heeft tot gevolg dat er steeds zweet afdruipt van het gezicht. Dit kan storend zijn bij sociale contacten.

Overmatige transpiratie kan leiden tot emotionele en psychosociale problemen, waaronder verminderd zelfvertrouwen, sociaal isolement en depressie. Naast de psychologische gevolgen kan overdreven transpireren ook leiden tot een geïrriteerde huid, bijvoorbeeld in de liezen.

## Wat kunt u zelf doen?

- Draag bij hyperhidrosis van de oksels en liezen zoveel mogelijk luchtige, koele katoenen kleding.
- Draag zo mogelijk open schoenen bij hyperhidrosis aan de voeten.
- Besteed voldoende aandacht aan uw persoonlijke verzorging. Neem geregeld een douche en gebruik deodorant of andere antitranspiratiemiddelen.
- Houd de omgevingstemperatuur koel en zorg voor een goede ventilatie.
- Vermijd voedsel waarvan u gaat zweten, zoals sterk gekruide gerechten.
- Vermijd stress en doe zo nodig ontspanningsoefeningen.

## Behandeling van hyperhidrosis

Er zijn verschillende behandelingsmethoden

### • Botuline injecties

Met behulp van botulinetoxine kan de zweetafscheiding geblokkeerd worden. Botulinetoxine is een gif dat geproduceerd wordt door de bacterie *Clostridium botulinum*. Dit eiwit blokkeert de prikkeloverdracht bij de overgang van zenuw naar spier en bij de overgang van zenuw naar zweetklier. Door de zenuwblokkade houden de zweetklieren op met het aanmaken van zweet. Botulinetoxine wordt met kleine injecties in de huid gespoten op de plaatsen waar sprake is van hyperhidrosis. Het effect is vaak buitengewoon goed, maar heeft een tijdelijke werking. Na 3 tot 6 maanden treedt herstel op van de zenuwprikkelgeleiding en daardoor komt de hyperhidrosis terug. De behandeling zal dus geregeld moeten worden herhaald.

### • Anticholinergica

Anticholinergica zijn geneesmiddelen die via de zenuwen de activiteit van de zweetklieren onderdrukken. Anticholinergica worden in de vorm van tabletten toegediend. Deze middelen geven vaak bijverschijnselen zoals een droge mond, slapeloosheid en een slechte stoelgang.

### • Operaties

Bij een sympathectomie worden enkele zenuwknooppunten of zenuwbanen geblokkeerd, dan wel doorgesneden. Vaak wordt er eerst geblokkeerd. Dit heeft slechts een tijdelijk effect van een à twee jaar. Bij een goed resultaat kan daarna gekozen worden voor het doorsnijden van de zenuwbanen, dat een blijvend effect heeft. De resultaten zijn redelijk, met een sterke afname van het zweten bij het merendeel van de mensen met hyperhidrosis. Er is wel een risico op complicaties als gevolg van de behandeling. Bovendien kan op andere plaatsen van het lichaam een toename van transpiratie ontstaan.

Een andere mogelijkheid is dat in de oksels een huidgebied met de zweetklieren wordt uitgesneden of dat de zweetklieren worden weggezogen (liposuctie). Het wegsnijden kan bijwerkingen hebben, zoals pijnlijke en ontsierende littekens. Liposuctie van de oksels geeft goede resultaten, maar de effecten op lange termijn zijn nog niet bekend.

## Zweetpolikliniek

Op de polikliniek Neurologie verzorgen een neuroloog en een verpleegkundig specialist samen een speciaal spreekuur. Hier kunt u terecht voor behandeling van hyperhidrosis door middel van Botuline injecties in de oksels.

## Vooruitzichten

De aandoening blijft meestal enkele jaren bestaan en soms levenslang. Wanneer alle zweetklieren over het gehele lichaam overmatig actief zijn, verdwijnt dat meestal als de onderliggende oorzaak wordt weggenomen. Behandeling met Botuline injecties moet regelmatig herhaald worden, maar kan onbeperkt uitgevoerd worden.

## Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Neurologen, telefoonnummer 0492 – 59 59 54.

## Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Neurologen

Locatie Deurne

T: 0493 – 32 89 14

Locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 54

Spoedeisende hulp

T: 0492 – 59 55 71

### **Locatie Helmond**

Wesselmanlaan 25

5707 HA Helmond

T: 0492 – 59 55 55

### **Locatie Deurne**

Dunantweg 16

5751 CB Deurne

T: 0493 – 32 88 88

### **Locatie Gemert**

Julianastraat 2

5421 DB Gemert

T: 0492 – 59 55 55

