



Starkes Schwitzen

Frauengesundheit aus der Natur

Wertvolle Tipps zur Vorbeugung
und Behandlung

Wieviel Schwitzen ist normal?

Schwitzen schützt den Körper vor Überwärmung. Dies geschieht z. B. dann, wenn Sie sich starker Sonnenstrahlung aussetzen, sich beim Sport körperlich anstrengen, oder auch in der Sauna den Körper aufheizen. In diesen Fällen wird die übermäßige Körperwärme durch Schwitzen abgegeben. Der Schweiß verdunstet an der Hautoberfläche und führt beim gesunden Menschen durch den kühlenden Effekt der Verdunstung zur optimalen Körpertemperatur.

Welche Faktoren beeinflussen noch die Schweißproduktion?

Der Grad der Fitness beeinflusst die Schweißproduktion, da bei gut durchtrainierten Personen die Schweißdrüsen produktiver arbeiten. Weitere Faktoren, die eine Schweißproduktion ankurbeln können sind z. B. Kaffeekonsum, scharfe Gewürze, Alkohol und Nicotin.



Krankhaftes Schwitzen – was sind die Ursachen?

Starkes Schwitzen, plötzliche Schweißausbrüche oder Nachtschweiß: Eine Hyperhidrose (Hyperhidrosis) stellt für Betroffene oftmals eine erhebliche Einschränkung ihrer Lebensqualität dar.

Primäre Hyperhidrose

Bei der sogenannten primären Hyperhidrose lässt sich keine Grunderkrankung oder äußerlich erkennbare Ursachen für ein übermäßiges Schwitzen ausmachen. Sie beginnt oftmals schon in der Pubertät und kann einen das ganze Leben begleiten. Die Hyperhidrose wird oft durch Nervosität, Aufregung oder auch seelische Belastungen verschiedenster Art ausgelöst.

Sekundäre Hyperhidrose

Bei einer sekundären Hyperhidrose handelt es sich um ein Symptom einer Grunderkrankung. Auslöser können z. B. sein:

- Infektionen (z. B. Grippe)
- Tumore (z. B. Leukämie)
- Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes)
- hormonelle Störungen (z. B. Wechseljahre)
- neurologische Erkrankungen (z. B. Morbus Parkinson)

Wann ist Schwitzen krankhaft?

Der Übergang zwischen normalem und krankhaftem Schwitzen kann als fließend betrachtet werden. Eine krankhafte Schweißproduktion liegt dann vor, wenn das Ausmaß des Schwitzens den für die Wärmeregulation notwendigen Bedarf übersteigt. Man spricht in diesem Fall von einer Hyperhidrose.

Was tun bei primärer Hyperhidrose?

Patienten mit einer primären Hyperhidrose orientieren sich an einem therapeutischen Stufenplan, der in den meisten Fällen hilft oder zumindest die Symptome lindert.

Stufen	Maßnahmen	
I und II	<ul style="list-style-type: none"> - Tragen luftdurchlässiger Kleidung aus Baumwolle o. Leinen und Schuhe aus Leder oder Naturfasern - Verwendung von Antitranspirantien mit Kristall- oder Mineralstein, bzw. Aluminiumsalzen - Verzicht auf scharfe Gewürze, heiße Getränke, Kaffee, Alkohol und Nikotin - Vermeidung von Stress - Abbau von Übergewicht - Trainieren der Schweißdrüsen durch Ausdauersportarten und Saunagänge 	+ 3x täglich eine Tablette Salvysat® 300 mg Salbeiblättertrockenextrakt
III und IV	- Zusätzlich zu Stufen I und II Leitungswasseriontophorese	
V	- Zusätzlich zu Stufen I bis IV und bei Angst vorm Schwitzen: Hypnose oder Psychotherapie	
VI und VII	<ul style="list-style-type: none"> - Medikamentöse Versorgung und Psychotherapie unter fachärztlicher Betreuung. - Gegebenenfalls Operation (Entfernen der Schweißdrüsen) 	
VIII	- Hautinjektionen Botulinumtoxin (Botox)	

Wann zur/zum Ärztin/Arzt?

Wenn Sie ohne erkennbare Ursache sehr stark schwitzen, plötzliche Schweißausbrüche ohne ersichtlichen Grund haben und wiederholt Nachtschweiß oder begleitendes Fieber über 40°C auftritt, sollten Sie Ihre/n Ärztin/Arzt aufsuchen.

Salbei – Schweißbildung natürlich reduzieren

Der Trockenextrakt aus Salbeiblättern kann die übermäßige Schweißproduktion um bis zu 50 % reduzieren. Studien zeigen auch, dass bei Frauen in der Menopause Hitzewallungen durch die Gabe von Salbei in 66 % der Fälle unterbleiben und bei weiteren 25 % deutlich weniger werden.*



Standardisierte Dosierung sichert Wirksamkeit und Qualität

Die positive Wirkung des Salbeiblättertrockenextraktes – ganz ohne Nebenwirkungen – ist durch die tägliche Einnahme einer standardisierten Dosis von 900 mg zu erreichen. Dies entspricht der Einnahme von 3x täglich einer Tablette Salvysat® 300 mg Filmtabletten.

* Dr. DeLeo et al., Uni-Sienna, Italien, Min. Gyn. 50/207-11



Besuchen Sie auch unsere Website:
www.ysat.de

Salvysat® bei primärer Hyperhidrose

Salvysat® Flüssigkeit oder Salvysat® 300 mg Filmtabletten
mit dem Wirkstoffauszug aus Salbeiblättern ist das Mittel der Wahl bei Hyperhidrose (starkem Schwitzen).



Lernen Sie auch unsere anderen Produkte für die Frau kennen:

Uvalysat® Flüssigkeit

mit dem Wirkstoffauszug aus Bärentraubenblättern gegen entzündliche Erkrankungen der ableitenden Harnwege.

Styptysat® plus Dragees*

mit Hirtentäschelkraut und Vitamin K zur unterstützenden Behandlung einer starken Regelblutung.

*Styptysat® plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung.

Johannes Bürger Ysatfabrik GmbH
Postfach 200149 · 38659 Bad Harzburg