

Hyperhidrosis

■ Wat is hyperhidrosis?

Hyperhidrosis is teveel zweeten of transpireren. Zweeten is een normale functie van het lichaam. Hierdoor wordt het lichaam afgekoeld. Het zweeten neemt toe bij sporten en bewegen, spanning, of bij het eten van sterk gekruid voedsel. Sommige mensen zweeten zo veel dat ze er last van hebben. Het kan lastig zijn bij het contact met andere mensen, bijvoorbeeld omdat men geen hand durft te geven omdat deze nat van het zweet is. Het te veel zweeten kan over het gehele lichaam optreden. Meestal blijft het beperkt tot bepaalde lichaamsdelen. De gebieden waar hyperhidrosis het meest voorkomt, zijn de oksels, het gezicht, de handen en de voeten.

■ Hoe krijgt u hyperhidrosis?

De oorzaak van hyperhidrosis is meestal niet bekend. Vaak ontstaat hyperhidrosis in de puberteit. De klachten blijven vele jaren bestaan. Hyperhidrosis is vaak erfelijk: bij 30 tot 50% van de mensen met hyperhidrosis komt het in de familie voor. De prikkel om te gaan zweeten ontstaat in de hersenen. Deze prikkel wordt doorgegeven aan de zweetklieren. De zweetklieren maken dan zweet. Wanneer alle zweetklieren over het gehele lichaam te actief zijn, kan dit komen door een ander probleem, bijvoorbeeld:

- Doordat iemand veel te zwaar is
- Bij een ziekte zoals tuberculose, ziekten van de schildklier of kanker
- Het gebruik van bepaalde medicijnen
- Door psychische oorzaken.

In de meeste gevallen is er geen duidelijke oorzaak aan te wijzen, dit wordt dan idiopatische hyperhidrose genoemd.

■ Welke klachten geeft hyperhidrosis en hoe ziet hyperhidrosis eruit?

Bij hyperhidrosis zijn bepaalde delen van het lichaam regelmatig erg vochtig door te veel zweet. Dat kan zijn:

- Aan de binnenkant van de handen
- In de oksels
- In het gezicht of op de hoofdhuid
- Op de borst en rug
- In de liezen
- Op de voetzolen.

Door te veel zweeten kan de huid ook vies gaan ruiken. De vieze geur bij zweetvoeten is vaak een groot probleem. Bij zweetvoeten kun je ook eerder last krijgen van bepaalde ziekten van de huid en de nagels, zoals schimmels (zie ook de folder 'voetschimmel').

Te veel zweeten in de oksels zorgt ervoor dat de kleding steeds nat is. Mensen die hier last van hebben, moeten meerdere keren per dag kleding verwisselen. Vaak wordt geprobeerd dit op te lossen door het dragen van donkere en wijde kleding.

Bij hyperhidrosis van de handen zijn de handen vochtig of zelfs erg nat. Dit kan problemen geven. Bijvoorbeeld dat men zich schaamt om iemand een hand te geven. Ook het schrijven op papier kan lastig zijn, want het papier wordt nat door het zweet.

Soms ontstaat 'verweking' van de huid en wordt de huid bleek van kleur met rimpels, 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 zweet van het gezicht afdruipt. Dit kan storen bij sociale contacten.

■ Is hyperhidrosis besmettelijk?

Hyperhidrosis is niet besmettelijk.

■ Hoe weet uw arts of u hyperhidrosis heeft?

Het is mogelijk om een indruk te krijgen van de hoeveelheid zweet die iemand maakt met de jodiumzetmeel proef. Bij deze proef wordt de huid goed afgedroogd en ingesmeerd met een jodiumoplossing. Daarna wordt zetmeel (een soort meel) over de huid gestrooid. Zetmeel reageert met jodium als er zweet op de huid zit en dat geeft een blauwe of zwarte kleur aan de huid. Meestal is een zweettest niet nodig en kan de arts zo zien of er sprake is van hyperhidrosis.

■ Welke behandelingen van hyperhidrosis zijn er?

■ Aluminiumchloride

Aluminium chloride kan het te veel zweten aan de handen, voeten en in de oksels verminderen. De vloeistof of crème met aluminiumchloride moet voor het slapen gaan worden aangebracht, ná het wassen van de huid met water en zeep.

De huid moet helemaal droog zijn wanneer de vloeistof of crème met aluminiumchloride op de huid wordt gesmeerd.

Na het smeren, kan de huid ook worden droog geblazen met een haardroger met koude lucht, opdat de vloeistof of crème niet door het zweet van de huid afdraait.

De volgende ochtend moet de huid weer goed worden gewassen en kan de behandeling voor het slapen gaan weer herhaald worden. Als het te veel zweten is gestopt, kan de behandeling minder vaak worden gedaan, bijvoorbeeld eenmaal per week of eenmaal per 2 weken. De behandeling met aluminiumchloride kan irritatie van de huid veroorzaken.

■ Iontoforese

Iontoforese kan goede resultaten geven. Bij deze behandeling worden de handen en voeten in een bakje met water of vochtige sponzen gezet waar een zwak elektrisch stroompje door gaat. Voor overmatig zweten van de oksels kunnen speciale sponzen gebruikt worden. Dit wordt voor de oksels overigens wel weinig gedaan, omdat dit praktisch gezien moeilijk uitvoerbaar is.

De behandeling duurt 15 tot 20 minuten en moet 3 keer per week worden uitgevoerd, tot het te veel zweten is opgehouden. Dan kan minder vaak worden behandeld, bijvoorbeeld eenmaal per week. De behandeling wordt soms gestart onder begeleiding van een fysiotherapeut. Bij een goed resultaat kan dan een apparaat worden gekocht om thuis te gebruiken.

Waarom iontoforese werkt tegen te veel zweten, is niet goed bekend. Het is vooral geschikt voor handen en voeten. Voor ernstige gevallen is deze behandeling echter niet altijd goed genoeg. De behandeling met iontoforese is niet gevaarlijk. Als bijwerkingen kunt u irritatie van de huid en pijn krijgen.

■ Botuline injecties

Een andere behandeling is het verminderen van het zweten door botulinetoxine (Botox® of Dysport®). Dit medicijn wordt met kleine injecties in de huid gespoten op die plaatsen waar te veel zweet wordt gemaakt, bijvoorbeeld in de oksels. Dit wordt vaak voorgesteld als aluminiumchloride geen tot nauwelijks effect heeft,

Het effect van deze behandeling is vaak zeer goed, maar de blokkade heeft helaas maar een tijdelijke werking. Na 3 tot 9 maanden komen de klachten van te veel zweten meestal weer terug. De behandeling zal dus geregeld moeten worden herhaald.

De injecties met botulinetoxine zijn pijnlijk, vooral aan de handen. De handen kunnen alleen met botulinetoxine worden behandeld met een speciale verdoving. Aan de handen bestaat het risico dat de spieren van de hand enkele weken tot maanden verlamd raken.

In sommige gevallen wordt de behandeling met botuline injecties niet vergoed en zal dit gepaard gaan met kosten. Uw arts zal bekijken of u in aanmerking komt voor deze behandeling.

■ Anticholinergica

Anticholinergica zijn geneesmiddelen die via de zenuwen het zweten kunnen verminderen. Oxybutynine is hier een voorbeeld van en wordt het meest gebruikt. Glycopyrronium is een alternatief. Anticholinergica kunnen worden ingenomen met tabletten. Deze medicijnen kunnen bijwerkingen geven, zoals wazig zien, een droge mond, slechter slapen en een slechte 'stoelgang'.

■ Radiofrequente golven

Een vrij nieuwe behandeling is behandeling met radiofrequente golven (Miradry® techniek). De zweetklieren in de oksels kunnen worden uitgeschakeld door deze heel sterk te verwarmen met een soort van 'magnetron-golven'. De zweetproductie kan hierdoor blijvend verminderen, maar verdwijnt meestal niet volledig.

De behandeling zorgt ook voor een afname van het aantal haren in de oksels. Veel voorkomende (milde), meestal tijdelijke, bijwerkingen zijn: lokale zwelling, oppervlakkige dove huidgebieden in de oksel of aan de binnenzijde van de bovenarm en strengvorming.

Een zeldzame bijwerking is zenuwuitval.

Deze behandeling wordt vooralsnog niet vergoed door de zorgverzekeraars.

■ Operaties

Sympathectomie

Dit is een operatie waarbij enkele gedeeltes van zenuwen geblokkeerd of door midden gesneden worden. Vaak wordt er eerst geblokkeerd. Dit heeft alleen een tijdelijk effect van 1 tot 2 jaar.

Bij een goed resultaat kan dan gekozen worden voor het doorsnijden van de zenuwen, dat een blijvend effect zal hebben. Bij de meeste mensen wordt het te veel zweten hierdoor sterk verminderd. Er is wel een risico op bijwerkingen door deze behandeling. Zo kan op andere plaatsen van het lichaam het zweten erger worden.

Liposuctie

Hierbij worden de zweetklieren weggenomen door deze af te zuigen. Liposuctie van de oksels geeft goede resultaten, maar het effect op lange termijn is nog niet bekend.

Wegsnijden

Een andere operatie is dat in de oksels een stuk huid met de zweetklieren wordt weggenomen. Het wegsnijden kan bijwerkingen hebben, zoals pijnlijke en lelijke littekens.

Of één van bovenstaande behandelingen voor u geschikt is, hangt van veel zaken af. Ook worden niet alle behandelingen vergoed door uw zorgverzekeraar. Laat u daarom goed voorlichten door uw behandelend arts, dan komt u niet voor verrassingen te staan.

■ Is hyperhidrosis te genezen of blijft u er altijd last van houden?

Hyperhidrosis blijft meestal enkele jaren bestaan, soms levenslang. Wanneer alle zweetklieren over het gehele lichaam té actief zijn, verdwijnt dat meestal als de oorzaak kan worden weggenomen.

■ Wat kunt u zelf nog 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
- Gebruik deodorant of andere anti-zweetmiddelen
- Houd de omgevingstemperatuur koel en zorg voor een goede ventilatie
- Vermijd voeding waardoor u gaat zweten, zoals sterk gekruid eten
- Vermijd stress en doe zo nodig ontspanningsoefeningen.

Deze folder is een uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie. Bij het samenstellen van deze informatie is grote zorgvuldigheid betracht.

De Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie wijst desondanks iedere aansprakelijkheid af voor eventuele onjuistheden of andere tekortkomingen in de aangeboden informatie en voor de mogelijke gevolgen daarvan.



www.huidarts.info
www.nvdv.nl

Voor informatie over patiëntenorganisaties verwijzen wij u naar de website van Huidpatiënten Nederland.

www.huidpatienten-nederland.nl

