

## Transpirație excesivă. Soluții eficiente

Steluța Indrei / 13 iun 2018 / 11:24



Descriere foto: transpiratie\_excesiva-14560

**Transpirația excesivă nu prezintă gravitate din punct de vedere al sănătății, însă consecințele psihologice pot fi o serie de soluții care te vor ajuta să scapi de complexe.**

Vorbim despre transpirație excesivă sau hiperhidroză localizată atunci când necesarul fiziologic pentru reglarea corporale este depășit. Deseori, explică revista medicală Prescrire, nu poate fi identificată o cauză concretă, și atunci vorbim de hiperhidroză primară, cu repercusiuni jenante asupra vieții sociale și profesionale.

Transpirația excesivă este localizată frecvent la nivelul palmelor, tălpilor și axilelor.

### **Soluții eficiente contra transpirației excesive**

- Diverse măsuri legate de igienă și îmbrăcat pot fi suficiente în unele cazuri pentru a limita cantitatea de transpirație frecvente și mai ales uscarea temeinică după aceea, purtarea unor haine din materiale naturale, care lasă pielea să se ventileze și curățarea frecventă a îmbrăcămintei și încălțămintei.

- Când transpirația persistă, „tratamentul de primă linie” constă în aplicarea locală a unui produs antitranspirant ca să limiteze temporar activitatea glandelor sudoripare. Astfel de produse sunt disponibile sub diverse forme: gel, loțiune, pudră, stick, șervețel. Alegerea depinde de localizarea hiperhidrozei. De reținut că ar fi de preferat antitranspirantele simțind să evita riscul unor efecte nedorite (de exemplu, reacții alergice, iritații).

- În absența unor rezultate mulțumitoare, pot fi luate în calcul intervențiile dermato-cosmetice: iontoforeza sau injectația botulinică. Iontoforeza este un tratament folosit frecvent în spitale și clinici de dermatologie din întreaga lume pentru transmiterea în piele a unui curent electric foarte slab și neperceptibil. Echipamentul este prevăzut pentru a trata palmele și axilele. Rezultate mai bune se obțin însă după injectarea cu toxină botulinică. Procedura se adresează în special transpirației excesive axilare. Presupune injectarea superficială în mai multe puncte a toxinei botulinice care blochează eliberarea de neurotransmițător din glande. Este foarte puțin dureroasă, iar printre puținele contraindicații sunt afecțiuni neurologice, tulburări severe de coagularea sângelui, hipersensibilitatea la toxina botulinică, sarcina și alăptarea. Procedura durează 15-30 minute și poate fi repetată la intervale regulate în funcție de severitatea hiperhidrozei. Rezultatele sunt vizibile după câteva zile și durează până la 3-

