



**Fysiotherapie
De Koningin**

Overmatig transpireren

Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat) • 2012 GJ Haarlem • Tel (023) 531 37 99
E-mail info@fysiotherapie-centrum.nl • www.fysiotherapie-centrum.nl

Zweetvoeten

Een voet van een volwassen man of vrouw kan in 24 uur een halve liter zweetvocht produceren. Door verdamping worden de voeten gekoeld, zodat de normale lichaamstemperatuur gehandhaafd blijft. Vrijwel iedereen denkt dat overproductie van transpiratievocht de oorzaak is van geurende voeten. Dit is niet waar, transpiratievocht is van zichzelf geurloos. De boosdoeners zijn de bacteriën die op je voeten leven, die gaan een chemische verbinding aan met het zweetvocht waardoor je voeten gaan stinken. De bacteriën leven het liefst in een vochtige omgeving, dus hoe meer je zweet, hoe meer bacteriën er op je voeten blijven zitten.

Overmatig zweten is onaangenaam en brengt vaak ook een onaangename geur mee. Ook de vochtigheid is vervelend. Steeds klamme handen of een natte rug. Zweetvoeten zijn bijna continu vochtig. Dit maakt de huid kwetsbaar waardoor er makkelijk schimmelinfecties en infecties met bacteriën kunnen ontstaan.

Normaal Zweten

Er zijn 2 soorten zweetkliertjes:

De apocriene zweetklieren die uitmonden op een haarzakje. Zij bevinden zich niet over het gehele lichaam, maar in bepaalde regio's van de huid. Dit zijn de oksels, de huid rond de anus en rond de tepels. Tot het moment dat het olie-achtige zweet uit de klieren aan de oppervlakte van de huid komt is het geurloos. Aan het huidoppervlak wordt het zweet echter door bacteriën omgezet in substanties die de karakteristieke zweetgeur hebben. Apocrien zweet wordt de hele dag door in kleine hoeveelheden geproduceerd en wordt nauwelijks beïnvloed door inspanning of emoties.

De *eccriene zweetkliertjes* komen direct op de huid uit. Deze kliertjes liggen in de huid en monden via een afvoerbuis direct op de huid uit. De eccriene kliertjes zijn betrokken bij de warmteregeling van het lichaam. Deze scheiden het echte zweetvocht af. De zenuwvoorziening van de eccriene klier vindt plaats door vezels van het sympathische (onwillekeurige) zenuwstelsel. Deze zenuwen geven hun prikkels over op de zweetklier via neurotransmitters, boodschappers, hoofdzakelijk het acetylcholine.

Het aantal zweetklieren varieert van 120 per cm² tot maximaal 620 per cm² op de voetzool met een totaal van 2 tot 5 miljoen.

Hyperhydrosis

Wanneer alle zweetklieren overmatig actief zijn, ligt de oorzaak meestal bij een onderliggend probleem: overgewicht, menopauze, een (chronische) infectie zoals bv. tuberculose, endocriene ziekten zoals diabetes, overmatige werking van de schildklier, kanker, bepaalde geneesmiddelen, enz.

Hyperhydrosis is soms ook een gevolg van stress, zoals angststoornissen.

Behandeling

Een mogelijkheid is het elektrisch in laten werken (iontophorese) op de huid van water of bepaalde medicijnen. Aangenomen wordt dat hierdoor de zweetkanaaltjes tijdelijk afgesloten worden. Dit helpt vooral bij lichtere gevallen. Het is een therapie die aanvankelijk regelmatig herhaald moet worden en later op onderhoudsbasis wordt gecontinueerd. Voor ernstige gevallen is deze therapie echter niet altijd toereikend. Het is vooral geschikt voor handen en voeten. Een zwakke continue stroom (max. 20 mA) passeert een waterbed waarin de hand of voet is gedompeld. De behandeling duurt 20 minuten; De zweetsecretie normaliseert zich tijdens de eerste 10 behandelingen. Nadien volstaat het om het bereikte therapieresultaat te onderhouden door periodieke behandelingen met iontophorese, gemiddeld één behandeling per week.

De behandeling van het overmatige zweten is een reguliere fysiotherapie behandeling welke volledig vergoed wordt door de aanvullende polis van de zorgverzekeraar.

De specialisatie tot handtherapeut i.c.m. mijn specialisatie als lymfedrainage-therapeut dragen samen bij aan een mooie combinatie op het gebied van competenties en kennis rond hyperhydrosis.

Kennis en ervaring die ik graag met u deel.

Robert Gallandat Huet,

Fysiotherapeut - Handtherapeut - Lymfedrainage therapeut - Manueel therapeut

Méér informatie of een afspraak voor consult of behandeling?

Fysiotherapie De Koningin

gevestigd in Gezondheidscentrum 'De Koningin'
Koninginneweg 31 (hoek Tempeliersstraat)
2012 GJ Haarlem

T : 023 - 531 37 99

@: info@fysiotherapie-centrum.nl

W: www.fysiotherapie-centrum.nl