

HYPERHIDROSE



Overdreven svedproduktion – et tabu og en overset lidelse

Det kan gå ud over livskvaliteten, hvis man sveder meget, men der findes flere måder at bekæmpe sveden på.

Af Mads Moltzen

De fleste har nok oplevet at svede på et uheldigt tidspunkt. Under en præsentation, en jobsamtale, på en date. Nervositeten stiger, kroppen går i 'fight-or-flight'-tilstand, og snart pibler sveden frem på panden, i håndfladerne og under armene. Bevidstheden om at sveden snart bliver synlig, gør blot det hele værre.

Vi sveder alle, men nogen er uheldige at svede unormalt meget fra forskellige områder på kroppen. Lidelsen kaldes hyperhidrose, og det anslås, at cirka 3% af befolkningen lider af den. Man hører imidlertid sjældent om den, fordi mange af patienterne går stille med dørene.

Det er ikke desto mindre et stort problem, for overdreven svedproduktion kan have alvorlige konse-

kvenser for livskvaliteten og blandt andet føre til angst og depression.

Sveden kan bekæmpes

Uanset om man lider af hyperhidrose eller blot døjer med sved i uheldige situationer, findes der medicinske behandlinger og ikke-medicinske redskaber, der kan bremse sveden.

Lars Koch Hansen er læge og ph.d. og arbejder til daglig på medicinsk afdeling på Vejle Sygehus. Derudover har han en blog, hvor han blandt andet tester et hav af forskellige produkter.

Her har han eksempelvis testet T-shirts og skjorter, der med stor succes har formået at holde sveden tilbage i udfordrende situationer.

"Jeg har ikke selv et problem med sved, men som læge er jeg indimellem på konferencer, hvor jeg f.eks. præsenterer ny forskning for andre forskere fra hele verden. Det kan godt give varme i kroppen og sved under ar-



Lars Koch Hansen

Læge, ph.d. og indehaver af bloggen Livets små ting

mene," siger Lars Koch Hansen.

Efter hans tests bruger han nu T-shirts med svedtætte membraner under armhulerne, når han skal holde foredrag.

"Det er rart at vide, at jeg ikke pludselig får en stor svedplamag under armhulen, når jeg står foran en stør-

"Det kan påvirke en psykisk, hvis man sveder meget. Nogen bliver indadvendte og ender med at trække sig fra sociale sammenhænge"

re forsamling. For mit vedkommende giver det en sikkerhed, og jeg kan gestikulere mere, når jeg taler," siger Lars Koch Hansen.

En stor plage

Mange oplever det at svede meget som et tabu, hvilket formentlig også er årsagen til, at en lidelse som hyperhidrose er underdiagnosticeret. Et studie viste, at blot 28 procent af patienter var sat i relevant behandling for deres gener. Nogle mødes med forklaringer om, at det jo er helt normalt at svede, men det kan være ganske ubehageligt at svede meget.

"I første omgang er der lugtgenerne, som opstår, når sveden blander sig med bakterierne på huden. Det er nogen meget plaget af. Derudover kan det påvirke en psykisk, hvis man sveder meget. Nogen bliver indadvendte og ender med at trække sig fra sociale sammenhænge," siger Lars Koch Hansen, der i kraft af sit virke som læge kender til patienternes udfordringer ved overdreven svedproduktion.

"Der findes heldigvis en hel del måder, man kan bekæmpe sveden på. Ikke-medicinske værktøjer kan i nogle tilfælde være nok, men hvis det er et meget stort problem, bør man gå til egen læge og tale med vedkommende om det. Så kan man få startet behandling, og evt. blive henvist videre, hvis der er behov for det. Der er rigtig mange muligheder, men det gælder om at tage skridtet og insistere på at blive taget alvorligt," siger Lars Koch Hansen. ■