

Ausgabe Frühjahr 2015



# Gesund|leben

**Heuschnupfen:**  
Was wirklich hilft und wie  
sich vorbeugen lässt

**Herz-Kreislauf-Probleme:**  
Erschöpft und schlapp?  
Welche Rolle das Wetter spielt

**Fitness-Test:**  
So verbessern Sie in wenigen  
Schritten Ihre Beweglichkeit

**Frühjahrsmüdigkeit**

## Eine Laune der Natur?

Wie Sie dem Phänomen die Stirn bieten

Anzeige

## MRE-Netz Rhein-Main

Altenpflegeheime Ambulante Pflege Arztpraxen Krankenhäuser Krankentransport Rettungsdienst  
Frankfurt a. M. Hochtaunuskreis Landkreis Offenbach Main-Kinzig-Kreis Main-Taunus-Kreis Rheingau-Taunus-Kreis  
Stadt Offenbach Wetteraukreis Wiesbaden Landesärztekammer Hessen Kassenärztliche Vereinigung Hessen Krankenkassen



ADVERTORIAL

## Wenn Schwitzen zur Belastung wird

Was der Kelkheimer Dermatologe Dr. Rainer Jokisch Hyperhidrose-Betroffenen rät

Schwitzen ist eine lebenswichtige Funktion für unseren Körper, denn damit kühlt er die Haut und auch das Innere des Körpers. Für manche Menschen wird das Schwitzen allerdings zum Problem. Sie leiden an einer übermäßigen Schweißproduktion, auch „Hyperhidrose“ genannt. Menschen, die davon betroffen sind, schwitzen verstärkt und ausbruchsartig – unabhängig von Wärme, Kälte, Tages- oder Jahreszeit. Die Angst, das Schwitzen nicht kontrollieren zu können, verstärkt den Effekt. Der Schweiß wird zu einer starken Belastung für sie selbst und das gesamte Umfeld, mit allen unangenehmen Begleiterscheinungen wie Geruch, schwitzigen Händen, Flecken auf der Kleidung. Neue Untersuchungen haben gezeigt, dass von übermäßigem Schwitzen Betroffene eine ähnlich starke Minderung ihrer Lebensqualität erleiden wie Tumorpatienten. Oft leiden die Betroffenen still, schämen sich, sind frustriert, weil sie sich von ihrem übermäßigen Achselweiß in vielen Bereichen des Lebens gestört fühlen. Für viele ist dieser Zustand eine Belastung: Angst bei der Arbeit, Verlegenheit bei sozialen Kontakten sowie Einschränkung der Freizeitaktivitäten.

### Herr Dr. Jokisch, worum handelt es sich bei miraDry, dem neuen Hyperhidrose-Verfahren aus den USA?

miraDry ist ein neues, nicht-invasives und klinisch erprobtes Verfahren gegen übermäßiges Achseln Schwitzen (axillare Hyperhidrose) und starken Schweißgeruch. Es basiert auf einer sicheren Mikrowellen-Technologie und ist die einzige Thermolyse-Methode, die eine FDA-Zulassung und ein CE-Zeichen besitzt. miraDry stellt eine hochwirksame Alternative zu den bisherigen Behandlungsmöglichkeiten dar, weil es erstmals sofortige und dauerhafte Ergebnisse liefert. Es gibt fast keine Ausfallzeiten und nur minimale Nebenwirkungen. Viele Patienten empfinden es als äußerst positiv, dass sich die Behaarung unter den Achseln reduziert und gleichzeitig die Geruchsdrüsen verschwinden.

### Wie funktioniert miraDry?

Während der einstündigen Behandlung werden die Schweißdrüsen mit präzise gesteuerter elektromagnetischer Energie (Mikrowellen) bestrahlt. Die entstehende Hitze von ca. 60°C wird durch ein hydrokeramisches Kühlsystem direkt auf die Hautschicht gelenkt, in der die Schweißdrüsen sitzen. Nach ein paar Sekunden setzt die Zellthermolyse ein und die Schweißdrüsen samt ihrer Versorgungsnerve sterben ab. Da sich einmal zerstörte Schweißdrüsen nicht wieder regenerieren, sind die Ergebnisse von miraDry bleibend.



### Inwiefern ist miraDry anders als die bisherigen Therapiemöglichkeiten?

Bei den herkömmlichen Behandlungsmethoden wurden die Schweißdrüsen meist nur vorübergehend ausgeschaltet oder im Rahmen eines chirurgischen Eingriffs und den damit verbundenen Risiken entfernt. miraDry bietet Hyperhidrose-Patienten erstmals eine nicht-operative und dauerhafte Lösung für ihr übermäßiges Schwitzen. In zahlreichen klinischen Studien wurde gezeigt, dass miraDry die Schweißproduktion signifikant und nachhaltig reduziert und damit die Lebensqualität der Betroffenen enorm verbessern kann.

### Wie läuft die Behandlung ab?

Das miraDry-Verfahren wird ambulant in unserer Arztpraxis durchgeführt und dauert in der Regel eine Stunde. Vor der Behandlung wird der zu behandelnde Achselbereich markiert und mit einem lokalen Anästhetikum betäubt. Nun wird das Handstück nach einem definierten Protokoll abschnittsweise über den markierten Bereich geführt. Dabei wird die Haut angesaugt, die Energie abgegeben und anschließend 20 Sekunden lang gekühlt. Das miraDry-Verfahren kommt gänzlich ohne chirurgische Einschnitte aus. Im Anschluss an die Behandlung kühlen wir die Achseln mit Kühlpacks und empfehlen unseren Patienten Ibuprofen gegen die Schmerzen einzunehmen.

### Ist das Verfahren schmerzhaft?

Die meisten Patienten empfinden wenig oder keinen Schmerz, da das zu behandelnde Hautareal vorher lokal betäubt wurde. Auf einer Skala von 1 (= kein Schmerz) bis 10 (= starker Schmerz) bewerten die Patienten miraDry mit einer Durchschnittsnote von 2.

### Welche Ergebnisse kann man erwarten?

Sofort nach der Behandlung spüren die Patienten eine deutliche Schweißreduktion. Da die Schweißdrüsen durch die Mikrowellen dauerhaft zerstört wurden, sind die Ergebnisse von Dauer. Eine kürzlich durchgeführte Studie belegt, dass miraDry das Schwitzen um durchschnittlich 82% reduziert. Ein positiver Nebeneffekt: Mehr als 30% der Patienten verlieren die Behaarung unter den Achseln. Außerdem verschwindet der unangenehme Achselgeruch (Bromhidrose), da die Geruchsdrüsen ebenfalls zerstört werden. Da jeder Patient einzigartig ist, können die Ergebnisse wie bei jedem medizinischen Eingriff variieren.

### Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Für ein optimales Ergebnis sind zwei Behandlungen im Abstand von 3 Monaten notwendig.

### Wie lange muss sich der Patient nach der Behandlung schonen?

Die meisten können sofort nach der Behandlung wieder ihren gewohnten Tätigkeiten nachgehen. In der Regel gibt es lediglich eine kurze bis gar keine Ausfall-



Der EXPERTE

Dr. med.  
Rainer Jokisch

ist Facharzt für Dermatologie mit der Zusatzbezeichnung Phlebologe und der Qualifikation „Diploma in aesthetic laser medicine“.

zeit. Wir empfehlen unseren Patienten, ihre sportlichen Aktivitäten erst nach ein paar Tagen wieder aufzunehmen.

### Welche typischen Nebenwirkungen gibt es?

Lokale Schmerzen, geringe Schwellungen, Blutergüsse und Taubheitsgefühl der Haut sind normale Nebenwirkungen, die nach kürzester Zeit ganz von selbst wieder verschwinden.

### Braucht man die Schweißdrüsen unter den Achseln nicht?

Nein, nicht wirklich. Der Körper besitzt über vier Millionen Schweißdrüsen, von denen sich nur etwa 2% unter den Achseln befinden. Wenn diese 2% beseitigt werden, hat das keinen Einfluss auf die Fähigkeit des Körpers, sich selbst zu kühlen.

Mehr Informationen zur Hautmedizin Kelkheim, Frankenallee 1, Kelkheim am Taunus, unter 0 61 95/67 72-3 00

✉ [praxis@hautmedizin-kelkheim.de](mailto:praxis@hautmedizin-kelkheim.de) sowie unter [www.hautmedizin-kelkheim.de](http://www.hautmedizin-kelkheim.de) oder [www.hot-without-sweat.de](http://www.hot-without-sweat.de)



## Für wen ist das miraDry-Verfahren geeignet?

- 😊 Patienten mit einer diagnostizierten axillären Hyperhidrose
- 😊 Patienten, die unter ihrem Achselweiß leiden
- 😊 Patienten, die peinliche Achselweißausbrüche haben
- 😊 Patienten, die mehrmals täglich ein starkes Antitranspirant-Deo verwenden müssen
- 😊 Patienten, die sich über großen Schweißflecken auf der Kleidung ärgern
- 😊 Patienten, die unter unangenehmen Schweißgeruch kurz nach dem Duschen leiden
- 😞 Für Patienten mit Herzschrittmachern und anderen elektronischen Implantaten, die eine zusätzliche Sauerstoffversorgung benötigen oder die eine Unverträglichkeit gegen die Betäubungsmittel Lidocain und Epinephrin haben, ist das Verfahren nicht geeignet.