

Hilfe bei Schwitzen

Starkes Schwitzen bedeutet für viele Betroffene mehr als nur unangenehme Nässe auf der Haut. Wer viel mit Menschen zu tun hat und sich gerne in der Gesellschaft bewegt, erfährt täglich Einschränkungen in seiner Lebensqualität. Mit evedry können Sie starkes Schwitzen bekämpfen. Für ein angenehmes und sicheres Hautgefühl – Tag für Tag!

Menschen, die schnell ins **Schwitzen** kommen oder mehr als andere schwitzen, empfinden dies als unangenehmes Übel. Man sieht es, manchmal riecht man es auch, man fühlt sich unwohl. Doch die Natur hat sich etwas dabei gedacht, uns und andere Säugetiere mit **Schweißdrüsen** auszustatten. Was wir als störend empfinden, ist nicht mehr und nicht weniger als ein Sekret, das zu 99 % aus Wasser sowie aus Mineralstoffen und Salzen, Harnstoff und Harnsäure, in bestimmten Körperregionen auch aus Lipiden und Proteinen, besteht.

Sehen Sie sich hier das evedry Markenvideo by VITA SALE an.

Schwitzen – wie Schweiß entsteht

Beim Sport oder bei anstrengender körperlicher Arbeit schwitzen wir – der eine mehr, der andere weniger. Auch bei emotionalem Stress kommen wir schnell mal ins Schwitzen. Wenn das passiert, machen wir uns keine Gedanken darüber, warum das eigentlich so ist. Dabei ist die Entstehung von Schweiß ein überaus interessantes Thema.

Schweiß entsteht immer dann, wenn der Körper Kühlung benötigt und sich vor **Überhitzung** schützen muss. Durch das Schwitzen entsteht sogenannte **Verdunstungswärme**, die dem Körper eine angenehme Kühlung verschafft. Beim Schwitzen treten kleine Tröpfchen Flüssigkeit, welche durch **Schweißdrüsen** produziert werden, durch die Hautporen an die Hautoberfläche und verdunsten an der äußeren Luft sofort. Genau durch diese Verdunstung entsteht der **Abkühlungseffekt**. Das Schwitzverhalten wird durch das zentrale Nervensystem und der Ausschüttung bestimmter Botenstoffe geregelt.

Wissenschaftliche Fachbegriffe für das **Schwitzen** sind „**Transpiration**“ oder auch „**Diaphorese**“. Man schwitzt schneller und mehr, je mehr der Körper seine Körpertemperatur regulieren und abkühlen muss. Typische Beispiele hierbei sind: hohe Temperaturen im Sommer, sportliche Anstrengungen usw. hierbei kommen die Schweißdrüsen so richtig in Fahrt!

Schweißgeruch – die Entstehung

Frischer Schweiß ist nahezu geruchslos, bis er von **Bakterien** abgebaut wird. Diese Bakterien finden sich in unserer Hautflora und sind durchaus nützlich. Was sie aus unserem Schweiß machen ist allerdings eher lästig. Durch den bakteriellen Abbauprozess entsteht nämlich der typische **Schweißgeruch**, der nicht nur für unsere Mitmenschen unangenehm ist. Die Bakterien zerlegen langkettige Fettsäuren in kleinere Moleküle wie Butter- oder Ameisensäure. Buttersäure ist eine Fettsäure, die einen sehr unangenehmen Geruch besitzt, der dem von ranziger Butter ähnelt. Kein Wunder also, dass Schweiß für unsere Nasen nicht „duftet“, sondern aufdringlich wirkt.

Manchmal riecht frischer Schweiß eben doch! Wenn ein Teenager plötzlich unangenehm „müffelt“, dann liegt das an der **Hormonumstellung**. In dieser Zeit kann auch frischer Schweiß unangenehm riechen.



Was hilft bei starkem Schwitzen?

everdry ist eine Antitranspirant Serie gegen Schwitzen und Schweißgeruch. Vergessen Sie Schweißflecken und genießen Sie mit everdry ein völlig neues Lebensgefühl! Alle everdry Produkte sind bestens für Männer und Frauen geeignet.

Unterschied ekkrine & apokrine Schweißdrüsen

Es gibt kaum Stellen an unserem Körper, an denen man keine Schweißdrüsen findet. Deshalb schwitzen wir auch nicht nur im Achselbereich, an den Füßen und Händen, sondern nahezu am ganzen Körper, sogar im Gesicht und auf der Kopfhaut. Unser Körper ist regelrecht übersät mit Schweißdrüsen, die verschiedene Aufgaben haben und sogar dafür verantwortlich sind, dass wir unser Gegenüber sympathisch finden oder auch nicht.

Ekkrine Schweißdrüsen

Ekkrine Schweißdrüsen sind die eigentlichen **Schwitzdrüsen** und sind demnach für das „Schwitzen“ verantwortlich. Sie sind am ganzen Körper in einer beachtlichen Menge von 2-4 Millionen verteilt. Besonders viele **ekkrine Schweißdrüsen** versammeln sich auf der Stirn, den Handflächen und den Fußsohlen. An den Fußsohlen befinden sich durchschnittlich 370 Schweißdrüsen pro Quadratzentimeter. Auf dem Rücken gibt es dagegen mit etwa 60 Schweißdrüsen pro Quadratzentimeter deutlich weniger Schweißdrüsen.

Schweißdrüsenreiche Zonen:

- Fußsohlen & Oberschenkel
- Handinnenflächen, Arme & Ellenbogen
- Bauch & Brust
- Stirn, Rücken & Gesäß
- Achselhöhlen
- Ohrmuschel & Ohrläppchen

Schweißdrüsenfreie Zonen:

- Lippen
- Nagelbett

- Eichel
- Klitoris
- Kleine Schamlippen
- Trommelfell

Die ekkrinen Schweißdrüsen produzieren einen klaren, geruchslosen **Schweiß**, der unsere Körpertemperatur effektiv reguliert, der pH-Wert liegt dabei im sauren Bereich 4,5. Der Schweiß besteht zu **mehr als 99 % aus Wasser** und sonst vor allem aus **Elektrolyten**:

- Salze: Kalium, Natrium, Calcium, Magnesium, Zink, Eisen, Zink, Bicarbonat, Sulfat und Phosphat
- Säuren: Aminosäuren, Acetat, Pyruvat und Lactat
- Hydrophile Substanzen: Harnstoff, Proteine, Ammoniak

Bei **körperlicher Anstrengung** oder bei großer Wärme produzieren diese Schweißdrüsen vermehrt Schweiß, der auf der Haut verdunstet und für eine gesunde **Abkühlung** sorgt. Ekkrine Schweißdrüsen sorgen also eigentlich für ein perfektes Kühlsystem, um den Körper vor Überhitzung zu schützen.

Apokrine Schweißdrüsen

Apokrine Schweißdrüsen befinden sich nur in einigen bestimmten Hautarealen – wie in den Achseln, im Genital- und Perinalbereich oder dem Brustwarzenhof und spielen bei der **Schweißproduktion eine eher untergeordnete Rolle**.

Sie entstehen erst in der Pubertät und werden auch als „**Duftdrüsen**“ bezeichnet. Sie produzieren geringe Mengen eines milchigen Sekretes, das Proteine und Lipide enthält und annähernd pH-neutral ist (pH-Wert 7,2).

Apokrine Schweißdrüsen sind in also in erster Linie Duftdrüsen. Deren Funktion liegt vor allem in der Schaffung der eigenen Individualität: **jeder Mensch hat seinen „eigenen“ Geruch**, welcher sicherlich auch bei der Partnerwahl eine große Rolle spielt. Nicht umsonst gibt es das Sprichwort: Jemanden GUT RIECHEN können.

Es handelt sich hierbei um sehr geruchsaktive Substanzen, welche penetrant an der Hautoberfläche haften bleiben. Aufgrund der einsetzenden Befeuchtung durch den Schweiß ekkriner Drüsen werden diese Duftstoffe in die Umgebung freigesetzt.

Die Ausscheidung der apokrinen Drüsen wird hormonell gesteuert. Die Aktivität dieser Drüsen startet meist in der Pubertät. Hierdurch erklärt sich auch, warum Pubertierende oft einen typisch muffig-ranzigen Schweißgeruch hinterlassen.

Zu den everdry Artikeln:



Jetzt kaufen