

Sucho, świeżo, przyjemnie – jak walczyć z nadpotliwością

Trudno jest czuć się dobrze, nawet w najlepszej sukience, jeśli tu i ówdzie pojawiają się na niej mokre plamy. Make'up, fryzura czy stylizacja nie zastąpią poczucia świeżości. Niestety, pocenie się czasami wymyka się spod kontroli i nie zawsze możemy poradzić sobie z nim przy pomocy tradycyjnych środków. Jest jednak dobra wiadomość – nadpotliwość można skutecznie wyleczyć! Warto zapoznać się z dostępnymi metodami, zwłaszcza w perspektywie zbliżających się upalnych dni.

Pocenie się jest zjawiskiem fizjologicznym, którego nie możemy kontrolować siłą woli. W ten sposób organizm radzi sobie z przegrzaniem, schładzając się kiedy temperatura ciała wzrasta np. podczas choroby, wysiłku fizycznego lub po prostu w letni, ciepły dzień. Gruczoły potowe powiązane są również z funkcjonowaniem ośrodkowego układu nerwowego, dlatego pocimy się również w sytuacjach emocjonalnych, zwłaszcza kiedy przeżywamy, jakiś rodzaj stresu.

Choć większość z nas zna to uczucie i wszyscy wiemy, że nie mamy większego wpływu na to kiedy się pocimy, efekt kojarzony jest z brakiem higieny i może stanowić realną przeszkodę w swobodnych kontaktach społecznych. Stanowi to dużą barierę psychofizyczną, zwłaszcza dla osób, u których problem jest nasilony i praktycznie bez powodu towarzyszy im bardzo obfite pocenie. Aby usunąć nadpotliwość trzeba nakłonić gruczoły potowe do zahamowania wydzielania potu. Jak to zrobić?

Tradycyjne sposoby walki z nadpotliwością

Zwykle stosujemy różnego rodzaju antyperspiranty, które hamują wydzielanie potu poprzez zatkanie ujścia gruczołów. Nie niwelują więc problemu i mogą się sprawdzić jedynie przy niewielkim poceniu.

W aptekach dostępne są również specjalistyczne środki do wcierania miejscowo, które działają mocniej niż kosmetyki dostępne w drogeriach, ale również są tylko doraźnym rozwiązaniem. Działając powierzchniowo nie uszkadzają gruczołów potowych, które są źródłem problemu. Poza tym tego typu preparaty możemy zastosować jedynie na niektóre części ciała takie jak np. pachy, tymczasem nadpotliwość często dotyczy również dłoni lub stóp.

Kolejnym rozwiązaniem są leki doustne, które hamują wydzielanie potu równomiernie na całym ciele, jednak doktor Marek Wasiluk z warszawskiej kliniki L'experta podkreśla, że z tego typu metodami należy być ostrożnym. – *Leki na nadpotliwość obciążają organizm i mogą wywoływać skutki uboczne. Poza tym trzeba barć je stale, inaczej po ich odstawieniu problem wraca. Medycyna estetyczna oferuje lepsze, bo bardziej trwałe i mniej szkodliwe metody niwelowania nadpotliwości.*

Metody z gabinetu medycyny estetycznej

Najbardziej popularną jak dotąd metodą medycyny estetycznej na nadpotliwość był botox. Podając toksynę

botulinową paraliżujemy gruczoły potowe, przez co zostają one zablokowane. Niestety metoda choć bardzo skuteczna, bo daje praktycznie natychmiastowy efekt, jest nietrwała, ponieważ działa przez około cztery, pięć miesięcy. Zabieg trzeba więc powtarzać regularnie. Dodatkowo jest dość nieprzyjemna, bo podczas zabiegu trzeba wykonać kilkadziesiąt zastrzyków na jedną część ciała np. dłoń lub pachę.

Doktor Marek Wasiluk tłumaczy, że aby skutecznie wyleczyć nadpotliwość nie wystarczy czasowo zahamować działanie gruczołów potowych. – *Gruczoły potowe trzeba uszkodzić. Można to zrobić na dwa sposoby, albo przerywając sterowanie nimi, poprzez chirurgiczne przecięcie włókien nerwowych dochodzących do gruczołów, albo uszkadzając bezpośrednio same gruczoły. Pierwszy sposób jest skuteczny, ale również bardzo inwazyjny. Drugi wiąże się z większym bezpieczeństwem i komfortem dla pacjenta, jednak znowu wszystko zależy od tego, jaką metodą działamy na gruczoły potowe. Polecam szczególnie frakcyjną radiodrekwencję mikroigłową, która nie tylko jest najmniej inwazyjna, ale przede wszystkim jej działanie jest najbardziej optymalne. Metoda nie tylko trwale usuwa nadpotliwość, ale przede wszystkim doprowadza do normalnego poziomu ilości wydzielanego się potu. Taka „normalność” jest dobrym zjawiskiem, w przeciwieństwie do całkowitego uszkodzenia gruczołów. Organizm działa nieprzewidywalnie i po całkowitym uszkodzeniu gruczołów w jednym miejscu na ciele, nadpotliwość często przenosi się na inne. Natomiast jeżeli gruczoły będą mogły nadal działać, tylko słabiej, to wydzielanie potu wyrównuje się i uspakaja.*

Zabieg frakcyjną radiofrekwencją mikroigłową polega na nakłuciu skóry głowicą z igiełkami, które są następnie mocno nagrzewane, co prowadzi do wypalenia gruczołów. Metoda działa głęboko, ale i punktowo, dzięki czemu pomiędzy fragmentami poparzonej tkanki są miejsca nietknięte. Część gruczołów jest usuwana całkowicie, a reszta jest jedynie osłabiona. Efektem od razu po zabiegu jest całkowite usunięcie nadpotliwości, a po kilku miesiącach powrót pocenia w ustabilizowanej formie.

Informacje o ekspercie:

Dr Marek Wasiluk – specjalista medycyny estetycznej, ekspert w dziedzinie laseroterapii, prekursor i poszukiwacz nowych rozwiązań medycznych. Właściciel warszawskiej kliniki L'experta (<https://lexperta.pl/>). Autor eksperckiego bloga www.marekwasiluk.pl