

# Skuteczne leczenie nadmiernej **POTLIWOŚCI** – koniec z kompleksami!

*O innowacyjnej metodzie miraDry i innych sposobach leczenia nadmiernej potliwości rozmawiamy z **dr. Przemysławem Styczniem** z kliniki Beauty Skin w Warszawie.*

## **IWONA MACISZEWSKA**

Szacuje się, że w Polsce na nadmierną potliwość cierpi około 500 tys. osób, często nawet sobie tego nie uświadamiając. Czym zatem jest ta dolegliwość? Nadmierna potliwość to istotnie bardzo częsty problem, zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn, od wieku nastoletniego po dorosły. Najczęściej występuje w okolicy pach. Jeśli pomimo stosowania antyperspirantów odczuwamy dyskomfort z powodu mokrych plam pod pachami, które pojawiają się okresowo lub stale, to wtedy mówimy o nadmiernej potliwości.

Zwiększona potliwość może się przejawiać tylko czasami, np. w sytuacjach stresowych – podczas biznesowych prezentacji, rozmów lub spotkań towarzyskich. Nawet jeśli zdarza się tylko incydentalnie, to stanowi przykry problem. W bardziej nasilonej postaci ktoś się poci non stop.



Mam pacjentów, którzy zawsze noszą w dłoniach chusteczki, bo pot dosłownie kapie im z rąk.

W zdecydowanej większości przypadków nadmierna potliwość występuje w miernym nasileniu lub pojawia się tylko czasami, a mimo to jest bardzo dokuczliwa i uciążliwa. Często towarzyszy jej brak uczucia świeżości lub charakterystyczny przykry zapach po całym dniu pracy.

### Co jest przyczyną tego problemu?

Mechanizm zwiększonej potliwości polega na tym, że układ nerwowy wysyła do gruczołów potowych zbyt liczne impulsy, które stymulują je do produkcji zbyt dużych ilości potu. Nie jest to uzasadnione potrzebami termoregulacji ani chłodzenia ciała. Nie jest to także w żaden sposób korzystne dla naszego organizmu. Stanowi natomiast poważny problem estetyczny i medyczny.

Lekarz zawsze na początku diagnozuje, czy nadmierna potliwość nie jest wynikiem jakiejś choroby, np. nadczynności tarczycy, cukrzycy lub otyłości. W zdecydowanej większości przypadków mamy jednak do czynienia z tzw. nadpotliwością idiopatyczną – pocimy się bez wyraźnej przyczyny, również gdy jest chłodno, i jest to wynik tego, że po prostu odziedziczyliśmy taką „urodę” po swoich rodzicach.

### Większość z nas stosuje antyperspiranty. Jednak czy są bezpieczne? Dużo się mówi o szkodliwości aluminium będącego w ich składzie.

Pacjenci wiążą szkodliwość antyperspirantów z dwiema rzeczami. Po pierwsze, nieśluszenie, obawiają się miejscowej blokady wydzielania potu. Antyperspirant aplikowany na skórę wnika bowiem do kanalika potowego, który ma ujście w skórze, i tam pod wpływem potu pęcznieje, tworząc koreczek, czyli mechanicznie blokuje wydzielanie potu. Taka miejscowa blokada w żaden sposób nie upośledza naszej termoregulacji ani zdolności organizmu do wydalenia z potem toksyn.

Po drugie, antyperspiranty zawierają sole glinu, czyli aluminium. Wiele swego czasu mówiło się o wpływie aluminium na układ nerwowy, o szkodliwości gotowania w garnkach aluminiowych, chorobie Alzheimera. Można powiedzieć, że jeżeli antyperspiranty stosujemy na nieuszkodzoną skórę, to zagrożenie nie występuje. Jeśli natomiast skóra jest podrażniona, np. tuż



po depilacji, to glin może wnikać do organizmu przez powstałe mikroranki i wtedy może być potencjalnie toksyczny. A przecież antyperspiranty stosujemy niemal przez całe życie.

Trzeba też pamiętać, że sole glinu nie powinny mieć styczności z błoną śluzową ust ani spojówek oka, bo wtedy znacznie zwiększa się jego wchłanianie, a tym samym potencjalna szkodliwość dla organizmu.

### Jakie metody leczenia nadmiernej potliwości są obecnie dostępne?

Najlepszym rozwiązaniem jest leczenie nadmiernej miejscowej potliwości metodami mało inwazyjnymi – za pomocą toksyny botulinowej (czyli botoksu) lub stosując stosunkowo nowy zabieg miraDry.

Toksyna botulinowa to metoda bardzo skuteczna i komfortowa dla pacjenta. Można ją stosować na pachy, dłonie, stopy, skórę głowy i czoło. Sprawia, że gruczoły potowe przestają odbierać impulsy z układu nerwowego, w związku z czym nie są pobudzane do wydzielania potu i przestają go produkować. Efekt działania botoksu utrzymuje się od 6 do 12 miesięcy.

Urządzenie miraDry, podobnie jak toksyna botulinowa, działa na poziomie gruczołów potowych. Innowacyjność tej metody polega na tym, że w bezpieczny sposób pozwala na trwałe zniszczenie gruczołów potowych, które są zlokalizowane pod pachami. Nie wchodzimy przy tym w żadne „interakcje” z układem współczulnym, w związku z czym jest to metoda, która podobnie jak botoks jest całkowicie pozbawiona ryzyka wystąpienia tzw. nadpotliwości kompensacyjnej. Bardzo często pojawia się ona natomiast w przypadku operacyjnego leczenia nadpotliwości, kiedy „majstrujemy” przy układzie przywspółczulnym, niszcząc jego zwoje lub przecinając nerwy.

### Nie jest to zbyt duża ingerencja w naturę?

Na ciele człowieka znajduje się od 2 do 4 mln gruczołów potowych, czyli całkiem sporo. Pod pachami mamy zaledwie 1 proc., czyli powiedzmy 10-20 tys. gruczołów pod każdą pachą. Kiedy zablokujemy 1 proc. gruczołów, to zupełnie nic złego się nie dzieje, ponieważ funkcjonowanie pozostałych 99 proc. nie zostaje zakłócone.





**GABRIEL BRZOWSKI**

współwłaściciel Beauty Skin,  
zdecydował się na zabieg  
ze względów biznesowych

*Zabiegowi poddałem się w październiku 2015 r. Przez pierwsze 2 dni czułem, jakbym miał pod pachami połówkę jabłka, nie mogłem ich do końca „domknać”. Z każdym dniem wszystko mijало, obrzęk ustąpił po kilku dniach, przez pewien czas pozostały wyczuwalne, niebolesne grudki, a po miesiącu nie odczuwałem już nic. Natomiast efekt zabiegu był natychmiastowy, już na drugi dzień nie było śladu wilgoci na koszuli!*

**Czy są jakieś przeciwwskazania do wykonania zabiegu miraDry?**

Klasyczne, jak w przypadku wszystkich zabiegów medycyny estetycznej. Na pewno nie wykonam go kobiecie w ciąży ani karmiącej piersią, osobom z chorobą nowotworową ani ciężką chorobą ogólnoustrojową. Przeciwwskazaniem jest posiadanie aktywnych implantów, takich jak rozrusznik serca. Urządzenie miraDry jest przeznaczone dla osób pełnoletnich, ale wielokrotnie zdarzało mi się wykonywać zabieg u nastolatków, bo problem nadmiernej potliwości zaczyna się już w wieku młodzieńczym. Jeśli młody pacjent otrzyma zgodę obojga rodziców, wtedy można taki zabieg wykonać.

**Czy wymagane są specjalne przygotowania?**

Pacjent powinien mieć wydepilowane pachy. W zależności od tego, jak bardzo skóra jest przyzwyczajona do depilacji, powinien ogolić włosy 2-4 dni przed zabiegiem. Chodzi o to, żeby w trakcie zabiegu nie było na skórze żadnych świeżych ran. Dobrze jest przyjąć ibuprofen lub inny środek przeciwzapalny, który łagodzi odczyn zapalny powstający podczas zabiegu. Warto również zwrócić uwagę na to, czy pod pachami nie ma włókniaków ani innych zmian skórnych, które – jeżeli występują – powinny zostać usunięte przed zabiegiem.

**Na czym polega zabieg miraDry?**

Zabieg trwa ok. 2 godzin. Lekarz oczyszcza i dezynfekuje skórę pod pachami. Następnie za pomocą kalkomanii nanosi na nią specjalny wzór, aby wiedzieć, gdzie dokładnie podać znieczulenie oraz gdzie należy przykładać głowicę zabiegową.

Po miejscowym znieczuleniu lekarz wielokrotnie przykładą do skóry głowicę urządzenia – w określone miejsca na ściśle określony czas. Głowica przy każdym przyłożeniu przez kilkanaście sekund emituje mikrofałe, a następnie przez kolejne kilkadziesiąt sekund intensywnie chłodzi skórę, chroniąc ją przed uszkodzeniem. W zależności od wielkości pachy, a więc i obszaru zabiegowego, miejsc przyłożenia jest od 20 do 40, przeważnie około 30. Głowica, emitując mikrofałe, silnie przegrzewa płytką tkankę podskórną, w której znajdują się gruczoły potowe i cebulki włosów. Prowadzi to do ich trwałego i nieodwracalnego uszkodzenia. Po skończeniu zabiegu pachy okłada się kompresami chłodzący-

mi lub kieruje na nie nawiew zimnego powietrza z zewnętrznego urządzenia chłodzącego. Dodatkowe chłodzenie każdej pachy trwa 20-30 minut i jest bardzo ważnym elementem zabiegu.

**Czy zabieg miraDry jest bolesny?**

Zabieg po podaniu znieczulenia jest dla pacjenta bardzo komfortowy i całkowicie bezbolesny. W momencie gdy znieczulenie przestaje działać, pojawia się miejscowa tkliwość i opuchlizna. Zaleca się wtedy stosowanie zimnych kompresów oraz przyjmowanie środków przeciwbólowych. Po 2-3 dniach to wszystko nie jest już potrzebne, ale jeszcze przez kilka następnych tygodni wyczuwalne są pod pachą zgrubienia, ponieważ cały czas trwa proces gojenia się.

**A czy są możliwe powikłania? Jakie jest ryzyko?**

Mogą powstać siniaczki – końcówka zabiegowa zasysa bowiem skórę, aby zapewnić jej dokładne przyleganie do płytki chłodzącej. Potencjalne ryzyko niesie z sobą podanie środka znieczulającego – lignokainy z adrenaliną. Istotne są uważna obserwacja pacjenta i monitorowanie, czy nic się nie dzieje. Czasem organizm może reagować na adrenalinę np. szybszym biciem serca, więc zawsze znieczu-

lam najpierw jedną pachę, potem drugą, żeby rozłożyć w czasie podawanie środka znieczulającego.

Drugim potencjalnym ryzykiem jest to, że w górnej części pachy jest mniej tkanki tłuszczowej niż na dole, co wiąże się teoretycznie z większym ryzykiem uszkodzenia znajdujących się tam nerwów. Będąc tego świadomym, w tej części pachy stosuję tzw. tumescencyjne znieczulenie nasiękowe. Pozwala ono „oddalić” skórę i znajdujące się pod nią gruczoły potowe od głębiej położonych wrażliwych struktur, których nie chcemy uszkodzić podczas zabiegu.

**Jak szybko po zabiegu można wrócić do codziennych zajęć?**

W zasadzie nikt nie bierze urlopu, następnego dnia można wrócić do pracy.

**A czy można korzystać z siłowni albo basenu?**

Tego typu aktywność jest przeciwwskazana mniej więcej przez 2 tygodnie, do momentu, w którym sami będziemy czuli, że nic nam już pod pachami nie przeszkadza.

**Jaka jest skuteczność miraDry?**

W ok. 90 proc. przypadków wystarczy jeden zabieg, aby na zawsze pozbyć się problemu nadmiernej potliwości pod pachami. Bardzo rzadko konieczny jest drugi zabieg. Jeżeli trzeba go wykonać, to powinien być zaplanowany po 3-6 miesiącach.

W leczeniu nadmiernej potliwości pach testuje się także inne metody, np. lasery. Nie mają one jednak takiej mocy, aby skutecznie zniszczyć gruczoły leżące pod skórą. Przy ogromnym ryzyku poparzenia skóry nie dają więc one satysfakcjonujących efektów. Zabieg miraDry to obecnie, obok toksyny botulinowej, najlepsze rozwiązanie dla osób borykających się z problemem nadmiernej potliwości pach. <

**JOANNA BRZOWSKA**

współwłaścicielka Beauty Skin, wybrała miraDry ze względów kosmetycznych

*Denerwowało mnie pocenie się pod pachami w sytuacjach stresowych i podczas fitnessu. Zabiegowi poddałam się na początku kwietnia tego roku. Opuchnięcie i wrażliwość pach minęły bardzo szybko. Skóra wygląda ładnie, zupełnie jakby nie było żadnej ingerencji, natomiast gdzieś tam są jeszcze wyczuwalne grudki. Efekty są zachwycające, nie muszę używać antyperspirantów, stosuję jedynie dezodorant, ale bardziej z przyzwyczajenia niż z potrzeby, bo tzw. mokra pachą już mnie nie dotyczy, nawet jeśli nie zastosuję żadnej ochrony.*