

Transpiration excessive : quelles solutions ?

La transpiration excessive des mains, des pieds ou des aisselles peut être gênante ou franchement handicapante.

Heureusement, les médecins disposent maintenant de traitements efficaces. Il ne faut donc pas hésiter à consulter son dermatologue lorsque l'on souffre de trop transpirer.

À quoi est due la transpiration excessive ?

La transpiration est produite par les glandes sudorales après stimulation du système nerveux dit «sympathique», c'est une réponse à l'augmentation de la température du corps (chaleur, exercice physique, fièvre) et à l'émotion (dont le stress). Les glandes sudorales qui produisent la transpiration sont particulièrement nombreuses aux paumes des mains, aux plantes des pieds et aux aisselles, où la transpiration est plus importante. L'hyperhidrose indique une production excessive de sueur. Les causes de l'hyperhidrose sont en général inconnues, on parle alors d'hyperhidrose essentielle ou primitive. L'hyperhidrose est plus rarement la conséquence de maladies endocriniennes ou neurologiques, on parle alors d'hyperhidrose secondaire. La sudation excessive est un problème médical qui peut perturber la vie des personnes qui en sont les victimes.



Comment remédier à l'hyperhidrose localisée ?

Les déodorants au chlorure d'aluminium

Ces produits sont commercialisés sous les noms de détranspirant, antitranspirant, déodorant de longue durée, sous forme de liquide, de crème ou de gel. Ils sont efficaces en cas de transpiration modérée, mais impuissants pour les hyperhidroses majeures. Le chlorure d'aluminium qu'ils contiennent est irritant, ils doivent être utilisés sur des aisselles bien sèches et leur application doit être suspendue quelques jours en cas de brûlures ou d'irritations.

L'ionophorèse

Il s'agit d'un traitement de seconde intention pour les hyperhidroses des mains et des pieds. Il utilise le courant électrique continu à des fins thérapeutiques. Les mains et/ou les pieds sont trempés dans des bacs remplis d'eau dans lesquels passe un courant électrique continu de faible intensité. L'ionophorèse est assez contraignante mais souvent efficace, bien tolérée et sans danger lorsqu'elle est réalisée par un médecin ou un kinésithérapeute diplômé.

Le botox

Le botox (toxine botulique) est un traitement rapide, sans danger et très efficace de la transpiration excessive des aisselles, des mains ou du front qui ne répond pas au chlorure d'aluminium. Il a l'inconvénient d'être cher et présente certaines contre-indications (notamment les femmes enceintes ou qui allaitent).

La durée d'action des injections de botox varie en fonction de chaque patient, de la concentration de toxine et de la dose totale injectée. Mais en moyenne, ce traitement suspend la transpiration chez 96% des personnes pendant une durée de 7 mois. Les injections doivent être répétées à intervalles réguliers car il s'agit seulement d'un traitement suspensif.

Pour les hyperhidroses qui résistent à tous les traitements, il existe encore des traitements chirurgicaux. Plus risqués et irréversibles, ils ne sont cependant conseillés que dans les cas les plus lourds.