

# »DET FINNS HJÄLP ATT FÅ«

Personer med allvarliga svettningar från hårbotten har ofta ett bakomliggande problem i form av hyperhidros. Det säger Pyra Haglund, läkare och grundare till Stureplanskliniken i Stockholm. Hon är också en av få läkare i Sverige som behandlar hyperhidrospatienter med botox.

**MEDAN YNGRE FRAMFÖR ALLT** söker för svettningar i armhålor och handflator har äldre oftare problem med hårbotten, ansikte, området under bröstet och ljumskarna.

– Jag tror man lider olika av olika svettningar i olika åldrar, säger Pyra Haglund.

Just hårbotten har hon märkt att framför allt äldre kvinnor vill få hjälp med.

– Det är en övervikt på kvinnor efter klimakteriet.

Samtidigt tror hon att många män också lider av svettningar från hårbotten, men de påverkas mindre eftersom de inte förstör sin frisyr på samma sätt.

Till kliniken kommer patienter från nästan hela landet. Men många fortsätter att lida i onödan.

– Det är jättemånga som inte vet att detta finns. Men det finns hjälp att få och det höjer livskvaliteten, säger Pyra.

En behandling med botox tar cirka en kvart när Pyra gör den. Totalt kan det krävas 70-80 stick, och det kan kännas obehagligt men är inte farligt.

Nålarna är mycket tunna och det behövs ingen bedövning. Det krävs hellre inga särskilda-förberedelser innan. Hårbotten är ett område man sällan får infektioner i.

**DEN SOM VILL GÖRA** en botox-behandling mot hyperhidros i hårbotten på Stureplanskliniken får betala 1 500 kronor för själva behandlingen. Till det kommer botulinumtoxinet (botox) som du får utskrivet på recept och själv hämtar ut på apotek. Det omfattas av läkemedelsrabatten, så som mest betalar du 2 200 kronor om året.

Hur länge en behandling håller i sig är olika från person till person. Enligt Pyra kommer standardpatienten var sjätte månad eller 2-3 gånger per år, men en behandling kan hålla i sig så länge som 18 månader.

**Vad finns det för biverkningar?**

– I hårbotten är det ganska säkert. Man kan få blåmärken men det är ovanligt. Nålarerna är väldigt tunna. Ansiktet är betydligt mer grannlaga. Vill det sig illa kan man få hängande ögonlock eller förlamningssymptom. De kan i värsta fall hålla i sig upp till fyra månader.

**BOTOX FÖRKNIPPAS OFTA** med skönhetsbranchen, och där finns mer eller mindre seriösa aktörer. Välj en klinik med erfaren och sjukvårdsutbildad personal och patientförsäkring.

– Botox är ett receptbelagt läkemedel och ska behandlas därefter. Att arbeta med botox och behandlingar utan korrekt utbildning är förkastligt, säger Pyra Haglund.

**För vem är behandlingen lämplig?**

– Jag tycker nästan alla som lider av sina svettningar bör fundera på detta. Möjligen med undantag för dem som står på kraftigt blodförtunnande medicin. Då kan man få blåmärken.

Pyra Haglund poängterar dock att den som har nedsatt immunförsvar ska vara försiktig med alla typer av behandlingar. Någon risk för att patienter gör botoxbehandlingen i onödan ser hon inte.

– Är du beredd att betala tusentals kronor och utsätta dig för en massa nålstick så har du skäl för det. \*



Pyra Haglund.

FOTO FRIDA ANDERSSON JOHANSSON

## DETTA ÄR HYPERHIDROS

Kroppens svettkörtlar är framför allt koncentrerade till armhålor, handflator, fotsulor, ansikte, hårbotten och ljumskar. Svettkörtlarnas uppgift är att svalka kroppen, framför allt de under armarna och i ljumskarna. Händernas svettkörtlar är även till för att ge lagom friktion och bra grepp, berättar Pyra Haglund.

– Alla körtlar har sina funktioner, men det ska vara lagom mycket.

Hyperhidros är ett tillstånd där kroppen producerar onormalt mycket svett utan att det finns någon bakomliggande sjukdom



## BEHANDLING

Injektioner används vid svettningar i framför allt armhålor men även ansikte, hårbotten och händer.

På apoteket finns produkter med aluminiumklorid, som Absolut torr, som kan hjälpa. Läkare kan i vissa fall även skriva ut tabletter mot svettningar.

Svettningar under armarna kan behandlas med mikrovågor som lokalt värmer upp och förstör svettkörtlarna, så kallad Miradry.

## PATIENTFÖRENING

Sedan 2011 finns Patientföreningen för Hyperhidros som verkar för att personer med svettproblematik ska få rätt behandling. Läs mer om föreningen på [www.hyperhidrosforeningen.se](http://www.hyperhidrosforeningen.se)

## TEMA HÄLSA.

En halv miljon svenskar lider av svettningar. Som i vissa fall blir värre med åren. Margareta Ewerby är en av dem. Sedan hon började behandla med botox har hon fått bättre livskvalitet.

TEXT FRIDA ANDERSSON JOHANSSON FOTO MARGARETA BLOOM SANDEBÄCK

# ÄNTLIGEN FRI FRÅN SVETTNINGAR

**- JAG HAR JOBBAT SOM ERGONOM.** Det är inte roligt när man kommer ut på arbetsplatser och lutar sig över någons skrivbord och det droppar, säger Margareta Ewerby.

Hon är en av de omkring fem procent av befolkningen som beräknas lida av hyperhidros – onormalt hög svettproduktion utan bakomligande orsak. Trots att så många är drabbade är det inte någonting det talas om. Den offentliga vården hjälper till med svettningar från armhålor och händer men inte hårbotten. Margareta betalar för sin egen behandling på en privat klinik i Stockholm.

Hon tror att många skäms för sina svettningar, inte minst kvinnor. Själv är hon numera öppen med sin hyperhidros. Och hon har försökt att inte låta sig hindras i livet.

– Jag har alltid haft med mig extra-kläder. Och jag använder oftast mörka kläder för att fläckar inte ska synas.

Men det tar på krafterna att hela tiden vara medveten om att man svettas. Det

skapar osäkerhet och vissa situationer kan bli rent pinsamma. Men Margareta har ändå varit aktiv och till exempel spelat mycket tennis, trots att fysisk ansträngning gör svettningarna värre.

– Det är lättare att acceptera att man svettas när man sportar. Det är i sociala sammanhang, sällskapsliv och annat som det är pinsamt och du vill undvika närkontakt.

**MYCKET HAR GÅTT UT PÅ** att anpassa sig och parera svettningarna. Duscha och duscha igen. Prova alla apotekets medel. Ta med en handduk för att kunna torka sig i smyg. Välja sittplatser i närheten av fönster. Försöka gå utomhus för att svalka sig. Och det har inte blivit så mycket dans som Margareta hade önskat, trots att hon älskar att dansa. Dans får henne att se ut som hon duschat utan att torka håret – När man känner att det rinner är det inte så mysigt att kramas. Då håller man en viss distans.

För Margareta började det just med dansen. När hon var tolv och skulle delta i en dansuppläsning propsade hennes mamma på att hon skulle ha sin nya, syrenlila klänning men Margareta förstod att det inte skulle gå. Hon dolde överkroppen i en yllekofta.

*»Botox för mig var jättefarligt. Så jag vågade inte försöka.«*

MARGARETA EWERBY

– Jag hade fläckar ner under midjan. Det är mitt första minne av att jag svettades.

**FÖRST PÅ SJUJTIOTALET** fick hon diagnosen hyperhidros och blev till sist opererad i armhålorna.

– Jag träffade en sjuksköterska som led av det. Och hon blev opererad. Därigenom blev jag också opererad, säger Margareta.

På den tiden skrapade man bort svettkörtlarna under en operation. Sådana behandlingar görs inte längre. Och även om Margaretas tillstånd blev bättre så blev det inte bra.

Med åldern upplever hon dock att problemen minskat. Som pensionär är det lättare att klä sig luftigt än när man har ett yrke med krav på strikt klädsel.

– Jag tänker klart mindre på det sedan jag slutade jobba, säger hon.

**ETT OMRÅDE SOM DÅREMOT** snarare förvärrats med åren är just svettningarna från hårbotten.

– Håret har varit ett bekymmer. Jag har alltid varit korthårig. Just nu är jag inte permanentad men det brukar jag vara. Det har gjort håret luftigare. Men jag har fått tvätta det ofta och frisyren har inte hållit. Huvudbonad använder jag i stort sett aldrig. Då ska det vara snöstorm och tjugo grader kallt.

Som tur är har hon hittat en metod som hjälper.

– På 2010-talet så annonserade läkaren Carl Swartling (tidigare forskare vid Akademiska sjukhusets svettmottagning, nu verksam vid privata Svettklinikern, reds anm.) om att man kunde söka hjälp. Och det gjorde jag.

**PROBLEMET VAR ATT BEHANDLINGEN** involverade botox. Någonting som Margareta då likställde med curare och andra nervgifter.

– Botox för mig var jättefarligt. Så jag vågade inte försöka.

När Swartling några år senare efterlyste deltagare till en studie om svettningar i huvudet ställde Margareta ändå upp. Och hamnade i placebogruppen. Men när studien var slut fick även placebo-deltagarna behandling. Margareta fick botoxinjektioner i hårbotten och ansikte. Och det hjälpte.

Men vill du ha hjälp mot svettningar i hårbotten får du alltså betala själv. Sedan 2015 går Margareta till Stureplansklinikern i Stockholm. Omkring fyra gånger

om året får hon injektioner i hårbotten av läkaren Pyra Haglund (se nästa sida). Reslutatet märker hon direkt, även om det är lite sämre effekt på sommaren när det är varmt.

– Visst kostar det, men det är det värda. Men det finns biverkningar. Margareta råkade ut för det en gång under ett besök på svettklinikern i Köpenhamn som nyligen lagts ner. Vid det tillfället fick Margareta injektioner i både hårbotten och ansikte och plötsligt tappade hon styrseln på ögonlocken.

– Det blev en viss förlamning i pannan så att jag inte kunde lyfta på ögonbrynen.

**NUMERA BEHANDLAR HON** bara hårbotten. Det går snabbt, trots att hon får omkring sextio nålstick som i en krans runt huvudet där hon svettas.

**Skulle du rekommendera injektioner till andra som svettas från hårbotten?**

– Absolut. Gör det! För det är en beelse att slippa. En klar befrielse.

»Nu har mormor igen«, brukade Margareta säga till Ewerbys barnbarn.