

# ns style

**WELCHER  
SCHUH  
PASST  
WOZU?**

MODELLE  
FÜR JEDEN  
ANLASS

**MILA  
KUNIS**  
Warum sie ihre  
Karriere riskierte  
(zu Recht!)

**DENIM,  
DER  
BLEIBT**  
46 HIPPE  
JEANSTEILE,  
DIE SIE EWIG  
TRAGEN

**7 Basics  
21 Outfits**

**NEUE LOOKS MIT MODE,  
DIE SIE SCHON BESITZEN**

**LAST-MINUTE-  
KNACKPO**  
DIE EFFEKTIVSTEN  
10 MINUTEN FÜR BBP

**25 FRAGEN  
AN SIE SELBST**  
DIE HELFEN,  
IHREN STIL ZU  
VERBESSERN





Schweiß-  
ränder adé:  
BOTOX  
stoppt das  
allzu starke  
Schwitzen  
in den  
Achseln

# LET'S DRY

**D**er Mensch besitzt zwei bis vier Millionen Schweißdrüsen. Besonders dicht sitzen sie in den Achseln, an den Händen und den Füßen. Täglich geben sie mindestens 300 Milliliter Schweiß ab. An heißen Tagen und bei körperlicher Anstrengung können es mehrere Liter (!) werden. Der Schweiß verdunstet auf der Haut und schützt den Körper vor Überhitzung – wie eine natürliche Klimaanlage. Nervig nur, wenn die unkontrolliert auf Hochtouren läuft, selbst dann, wenn man bei kalten Temperaturen in buddhistischer Ruhe verharret.

Wie nervig so ein Fehler im Kühlsystem sein kann, weiß ich aus eigener Erfahrung, und ich habe schon einiges ausprobiert, um meine Achseln trocken zu legen: von den vermeintlichen Hochleistungsdeos bis zur Aluminiumchlorid-Lösung aus der Apotheke, die über Nacht die Ausgänge der Schweißdrüsen verengt. Mit dem Ergebnis, dass sich meine Haut rötete und fürchterlich brannte. Danach herrschte zwar für ein paar Tage Trockenzeit, eine praktikable und gesunde Lösung erschien mir die Prozedur jedoch nicht. So fing ich zwangsläufig an, meinen Kleiderschrank nur noch mit Teilen zu bestücken, deren Stoffe, Schnitte, Farben oder Muster mein „kleines Problem“ nicht offenbarten.

Dass man hyperaktive Schweißdrüsen auch mit Botox lahmlegen kann (das Nervengift blockiert die Reizübertragung fürs Schwitzen), wusste ich. Aber ich fühlte mich nie wie ein Härtefall, der so schwere Geschütze auffahren müsste. Bei einer

starken Hyperhidrose leiden die Betroffenen oft psychisch unter den heftigen Schweißausbrüchen und sind im Alltag stark eingeschränkt. Für mich war das Ganze eher ein lästiges Übel, mit dem ich leben konnte – bis mir eine Freundin steckte, dass sie das gleiche Problem schon einmal erfolgreich mit Botox behoben hatte. Animierte von ihrer Story, entschloss ich mich, es doch zu probieren, und vereinbarte einen Termin beim Münchner Dermatologen Dr. Timm Golüke.

”

Die Wirkung des Nervengifts entfaltet sich nach 2 Tagen und soll die Achseln 6 Monate trocken halten

“

Der erklärte mir, dass man zunächst eine sekundäre Hyperhidrose ausschließen muss: „Ursache dafür können Nerven-, Hormon- oder Stoffwechselstörungen, Infekte oder auch ein Krebsleiden sein. Auch einige Medikamente lösen vermehrtes Schwitzen aus.“ Ist dem nicht so und besteht keine Schwangerschaft, steht der Behandlung nichts im Wege.

Dann konnte es losgehen: Für einen vollen Erfolg sind 15 bis 20 Ein-

stiche pro Achsel nötig. Versiert setzte der Dermatologe einen kurzen Stich neben den anderen – und ich war überrascht: Es pikste nur ab und zu etwas unangenehm, sonst war die Behandlung gut auszuhalten. Nach nicht mal fünf Minuten war alles überstanden.

Dass die Blitzbehandlung trotzdem 600 Euro kostet, liegt am immer noch teuren Wirkstoff Botulinumtoxin. „Es gibt auch vermeintliche Schnäppchenangebote für 300 Euro“, berichtet Dr. Golüke. Hier sei jedoch Vorsicht geboten: „Meist wird statt der erforderlichen 100 Einheiten nur die Hälfte des Wirkstoffs verwendet. Die Behandlung ist weniger effektiv, und das Ergebnis hält meist nicht länger als drei Monate an.“ In meinem Fall sollte sich die volle Wirkung des Nervengifts nach spätestens zwei Tagen einstellen und sechs Monate anhalten, mit Glück auch länger. Direkt nach dem Treatment merkte ich eine leichte Druckempfindlichkeit, die aber nach kurzer Zeit verschwand. Aktivitäten, die starkes Schwitzen fördern, sollte ich für diesen Tag vermeiden. Ansonsten war ich in keiner Weise eingeschränkt. Von möglichen blauen Flecken durch die Einstiche blieb ich verschont. Stattdessen bemerkte ich, dass ich an den behandelten Bereichen tatsächlich nicht mehr schwitzte. Kein bisschen. Es verlagerte sich auch nicht auf andere Körperstellen, wie oft befürchtet. Selbst bei hochsommerlichen Temperaturen herrscht schwitzfrei. Ein befreiendes Gefühl! Und: Ich muss mir morgens endlich keine Gedanken mehr machen, ob mir ein Seidenblüschen den Tag ruiniert. *Silke Spengler*

# THIS!

Kann Botox **übermäßiges Schwitzen** stoppen? Wir haben es ausprobiert und verraten, ob peinliche Schweißflecken damit wirklich passé sind