

# Salbei gegen Schweiß

## Schweißreduktion mit Salbei

Zwar ist es wissenschaftlich objektiv nicht erwiesen, dennoch ist die schweißhemmende Wirkung von Salbei seit Jahren aufgrund vieler Erfahrungswerte, Berichte und Anwendungen nachvollziehbar. Experimentelle Untersuchungen haben gezeigt, dass die Extrakte des Salbei in Form von Tees oder Kapseln die Drüsenaktivität hemmen und so die Wasserausscheidung über die Haut vermindern können. Salbei wirkt antihidrotisch und adstringierend. Vermutlich zeigen sich hierfür die Gerbstoffe des Salbei verantwortlich. Nicht umsonst hat sich auch die Pharmaindustrie die Wirkstoffe des Salbei zu Nutzen gemacht und schweißreduzierende Mittel (Antihidrotika) auf den Markt gebracht.



Zu den bekanntesten Salbeimedikamenten gegen vermehrte Schweißabsonderung zählen **Sweatosan® N und Salvysat® Bürger in Drageeform**. Hierbei handelt es sich um runde oder ovale Tabletten, die dragiert, also mit einem Überzug aus Zucker versehen sind, damit die Dragees erst im Magen- oder Darmbereich zerfallen und die Freisetzung des Salbei-Wirkstoffes gezielt erfolgen kann.

Purer Salbei oder Medikamente auf Salbeibasis helfen bei Hitzewallungen und leichten bis mittleren Formen des übermäßigen Schwitzen. Besonders in den durch Hormonumstellungen geprägten Lebensphasen der Pubertät sowie in den Wechseljahren der Frau kann Salbei hilfreich und begleitend eingesetzt werden, wenn es zu typischen unkontrollierten Schweißausbrüchen kommt.

///

Die Wirksamkeit des Salbei setzt an zwei bedeutsamen Stellgrößen im Schwitzkreislauf an, auf das Temperaturzentrum im Gehirn sowie auch auf die Schweißdrüsen selbst. Hierdurch kann die Schweißproduktion effektiv gemindert werden. Stoffe des Salbei entfalten zudem östrogenartige Wirkungen, die den weiblichen Hormonhaushalt gerade in den Wechseljahren positiv ausbalancieren können.