

Ποιοι παράγοντες προκαλούν έντονο ιδρώτα



Νυχτερινή Εφίδρωση

Νυχτερινή εφίδρωση ορίζεται η κατάσταση όπου κατά τη διάρκεια της νύχτας ιδρώνει κανείς υπερβολικά (χωρίς να παίζει καθοριστικό ρόλο η άνοδος της θερμοκρασίας). Εάν ξυπνάτε συχνά ιδρωμένοι, τότε οφείλετε να ψάξετε όλες τις αιτίες που ενδέχεται να προκαλούν την νυχτερινή εφίδρωση. Πιο κάτω μπορείτε να δείτε μια σειρά από παράγοντες, οι οποίοι δύνανται να είναι αιτία για την νυχτερινή εφίδρωση.

Η **περίοδος της εμμηνόπαυσης**, εξαιτίας της ελάττωσης των οιστρογόνων. Στη φάση της εμμηνόπαυσης πολλές γυναίκες ξυπνούν τη νύχτα καταϊδρωμένες ενώ στη συνέχεια αισθάνονται ρίγος. Τα συμπτώματα αυτά απαλύνονται συνήθως με θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης. Μερικές φορές εξάψεις έχουν και οι άνδρες με χαμηλά επίπεδα τεστοστερόνης.

Ορισμένοι τύποι **βακτηριακών λοιμώξεων** μπορεί να προκαλέσουν νυχτερινή

εφίδρωση. Για αυτό ακριβώς τον λόγο εάν η συγκεκριμένη κατάσταση σας βασανίζει για μεγάλο χρονικό διάστημα, τότε οφείλετε να επισκεφθείτε τον γιατρό σας το συντομότερο δυνατό.

Η **λήψη συγκεκριμένης φαρμακευτικής αγωγής** μπορεί να οδηγήσει στην νυχτερινή εφίδρωση. Τα αντικαταθλιπτικά φάρμακα είναι ένας κοινός τύπος φαρμάκου που μπορεί να οδηγήσει σε νυχτερινές εφιδρώσεις. Το 8%-22% των ανθρώπων που παίρνουν αντικαταθλιπτικά φάρμακα έχουν νυχτερινές εφιδρώσεις. Επιπλέον, φάρμακα που λαμβάνονται για τη μείωση του πυρετού, όπως η ασπιρίνη και η παρακεταμόλη, μπορεί μερικές φορές να οδηγήσουν σε εφίδρωση.

Τα **χαμηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα** μπορεί να προκαλέσουν εφίδρωση. Οι άνθρωποι που παίρνουν ινσουλίνη ή άλλα φάρμακα για τον διαβήτη μπορεί να εμφανίσουν υπογλυκαιμία το βράδυ, η οποία να συνοδεύεται από εφίδρωση.

Η εφίδρωση ή η έξαψη μπορεί να οφείλονται σε διάφορες **ορμονικές διαταραχές** όπως του φαιοχρωμοκυτώματος, του καρκινοειδούς συνδρόμου και του υπερθυρεοειδισμού.

InSite Συμβουλή: Εάν τα συμπτώματα συνεχίζουν για μεγάλο χρονικό διάστημα, τότε οφείλετε να διευθετήσετε ραντεβού με τον γιατρό σας. Σε κάποιες περιπτώσεις, οι νυχτερινές εφιδρώσεις μπορεί να είναι η προειδοποίηση για μια ασθένεια. Παρόλα αυτά, όσο περίεργο και αν ακούγεται, ο οργανισμός ενδέχεται να παράγει χρονίως πολύ ιδρώτα χωρίς συγκεκριμένη ιατρική αιτία (ιδιοπαθής υπεριδρωσία).

Πηγή: offsite.com.cy