

## Hyperhidrose

### Selbsthilfegruppe bei krankhaftem Schwitzen

Schwitzen ist eine lebenswichtige Funktion für den menschlichen Organismus. Bei Hyperhidrose handelt es sich jedoch um krankhaftes Schwitzen. Diese Erkrankung ist für die Betroffenen sehr belastend und führt häufig zum sozialen Rückzug.

Da übermässiges Schwitzen ein schambesetztes Tabuthema ist, fällt es nicht leicht, mit Nichtbetroffenen darüber zu sprechen. Daraus ergeben sich im Alltag vielschichtige Herausforderungen.

Diese Selbsthilfegruppe bietet die Möglichkeit, Gleichbetroffene kennen zu lernen. Wir setzen uns gemeinsam mit der Erkrankung auseinander. Gegenseitig unterstützen wir uns dabei, die Hyperhidrose zu akzeptieren und einen geeigneten Umgang damit zu finden. Die Gruppe dient als geschützter Raum, in dem Gleichbetroffene offen über ihre Erfahrungen und Erlebnisse sprechen können.

Fühlen Sie sich angesprochen? Mehr Informationen finden Sie beim Selbsthilfocenter Zürich: