



## Studie: Männer schwitzen stärker als Frauen

Von *PR-Gateway*

Erstellt am 20 Jun 2011 - 12:34

20.06.2011: Forscher der Osaka International University belegen durch ein Experiment, dass Männer einfacher, schneller und stärker schwitzen als Frauen. Als Grund geben die Wissenschaftler an, dass der weibliche Körper weniger Wasser enthält und sich so durch weniger Schwitzen vor Austrocknung schützt.

Das Experiment: Schwitzen für die Wissenschaft

An dem Experiment der Wissenschaftler um Forscher Yoshimitsu Inoue nahmen acht trainierte und neun untrainierte Männer, sowie zehn sportliche und zehn unsportliche Frauen teil. Alle Teilnehmer fuhren bei 30 Grad Raumtemperatur auf. Die Forscher maßen bei den Probanden, ab wann und wie viel sie schwitzen.

Ergebnis: Testosteron lässt Schweiß strömen

Das Experiment verdeutlichte, dass sowohl die trainierten als auch die untrainierten Männer im Vergleich zu den Frauen zur Kühlung des Körpers schneller und stärker schwitzen. Ein wichtiger Faktor dabei ist, nach Ansicht der Wissenschaftler, das männliche Geschlechtshormon Testosteron. Allerdings bestätigte sich auch, dass jeweils die sportlichen Teilnehmer gegenüber den unsportlichen, schneller sowie effektiver schwitzen und damit ihren Körper vor Überhitzung schützen.

Evolution: Für die Jagd hielten sich Männer durch starkes Schwitzen fit

Warum Männer anders als Frauen schwitzen, sieht Inoue in der geschlechtsspezifischen Entwicklungsgeschichte der Menschen begründet: "Der weibliche Körper hat einen geringeren Wasseranteil als der männliche, dadurch entsteht bei Frauen schneller ein Wassermangel." Indem sie ihre Schweißproduktion reduzieren, schützen sich Frauen besonders bei Hitze davor, auszutrocknen. Männer hingegen hätten den Tag auf der Jagd verbracht und sich bei großen Anstrengungen mit starkem Schwitzen kühl und fit gehalten.

Hyperhidrose: Ein entwicklungsgeschichtliches Erbe?

In früheren entwicklungsgeschichtlichen Phasen mag schnelles und effektives Schwitzen einen bedeutenden Selektionsvorteil dargestellt haben. Heute ist dies jedoch nicht mehr der Fall. Dafür haben viele Menschen Probleme mit Hyperhidrose (krankhaft starkes Schwitzen). Betroffene Männer und Frauen schwitzen auch ohne starke körperliche Anstrengung übermäßig. Dies wird für sie und ihre Umwelt zur körperlichen und seelischen Belastung. Mehr Informationen zu der Studie, zum Thema Schwitzen und Tipps gegen Hyperhidrose gibt es auf dem Onlineportal <http://www.stark-gegen-schwitzen.de> [1].

[www.stark-gegen-schwitzen.de](http://www.stark-gegen-schwitzen.de) [1] ist ein unabhängiger Ratgeber zum Thema krankhaftes Schwitzen und Hyperhidrose. Das Selbsthilfe-Portal bietet mit einem Selbsttest die Möglichkeit zur Diagnostik und klärt Betroffene von krankhaft starkem Schwitzen über die verschiedensten Therapiemöglichkeiten auf.

Hartmann Verlag

Markus Hartmann

Seefeld 18

91093 Heßdorf-Klebheim

[pr@hartmann-verlag.de](mailto:pr@hartmann-verlag.de) [2]

+49(0)9135/7123-12

<http://www.hartmann-verlag.de> [3]



## Studie: Männer schwitzen stärker als Frauen

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://www.medkom24.eu>)

---

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:26):** <http://www.medkom24.eu/node/14394>

### Links:

[1] <http://www.stark-gegen-schwitzen.de>

[2] <mailto:pr@hartmann-verlag.de>

[3] <http://www.hartmann-verlag.de>