

הקדמה

להזעה יש חשיבות פיזיולוגית. ההזעה מווסתת את חום גופנו. בתנאי אקלים קשים בקיץ אנחנו צוברים חום רב, וההזעה ואידי הנזלים מפני השטח של גופנו מווסתים את חום הגוף שלנו. בעבר כאשר אנשים עבדו יותר ב"עבודות שטח", היינו מחוץ למשרד, בעיה זו הייתה מטרידה פחות. ככל שאנשים עברו לעבודה משרדית ומול לקוחות, הפכה ההזעה בכפות הידיים, בבתי השחי, בפנים ועוד מטרידה יותר. להזעה בכפות הידיים יש משמעות פסיכולוגית וחברתית, והיא מהווה מטרד כבר מגיל צעיר - בית ספר - ואף בגיל מבוגר בקשרים החברתיים והמקצועיים. כיום אנחנו מבינים יותר את מנגנון ההזעה ואת הסיבות להזעת יתר. בידינו פתרונות מגוונים לבעיה מטרידה זו, שניתן ליישם בהצלחה רבה. בספר ישנה סקירה מקפת של מנגנון ההזעה, סוגי בלוטות הזעה והדרכים השונות להתמודד עם התופעה.

ד"ר עופר לנדאו