最新の身だしなみ事情（第1回）

夏に必ずやっておきたい「汗臭さ」対策

2017.06.26

梅雨の時期から初夏にかけては、誰もが電車通勤や移動で汗をかいてしまいます。衣類や皮膚に付いた汗を放置すると、周囲の人が思わず顔をしかめてしまう汗臭さを放つことに……。第1回の「最新の身だしなみ事情」では、汗をかいても臭わないようにするための対策を紹介します。

そもそも、なぜ汗は臭うのか？

汗を原因とする臭いには2種類あります。1つが「エクリン腺」から出る汗、もう1つは「アポクリン腺」から出る汗です。

エクリン腺は、人間の肌の表面ほとんどに分布しています。そこから出る汗の成分は、ほとんどが水です。エクリン腺から出る汗自体に臭いはありませんが、時間がたつと汗により皮膚表面の常在菌が増殖し、それが皮脂や角質の栄養分を分解するときに、臭いが発生します。この状態がいわゆる「汗臭い」状態となってしまうのです。

一方でアポクリン腺は、脇の下、陰部、耳の中（外耳道）などに存在しています。ここから出る汗は、タンパク質や脂質が含まれているため雑菌が繁殖しやすく、特有のニオイがあります。これも悪臭の元となってしまいます。

つまり、汗臭さを抑えるためには2種類のケアが必要なのです。1つはエクリン腺から出てくる汗をこまめに拭き取ること。もう1つは、アポクリン腺から出てくる汗に対するケアになります。

シーンに合わせたグッズで汗の臭いを防ぐ… 続きを読む