

狐臭及腋下多汗症

汐止國泰醫院整形外科暨醫學美容中心主任/顏毓秀

狐臭味讓人很尷尬害羞，需要時常使用體香噴劑來蓋過不好聞的氣味，造成在生活中諸多的困擾，對於這個惱人的問題，大家時常問到：

➤ 狐臭手術後會不會有代償，換成別的地方有味道呢？

答案是不會的。

狐臭不會因為治療而轉移到其他的地方，那麼狐臭的原因是什麼呢？首先我們先了解汗腺有兩種，一種是大汗腺又稱頂漿腺，另一種是小汗腺，共兩種，這兩種分泌出來的汗液大不相同，如何分辨呢？

✧ **小汗腺**分泌出來的汗液為較透明水狀，例如打球之後大量流汗，有一種俗稱汗臭的味道，如果小汗腺的汗液分泌過多的時候，常見的症狀像是手汗症，此種症狀可以藉由阻斷交感神經來治療，這種阻斷的方法有時候會造成代償現象，大量出汗的位置可能轉移到胸前或背後。

✧ **大汗腺**分泌出來的汗液為較黏稠，分泌出來之後再經過細菌分解，產生二氧化硫及氨，就會有一種特殊刺鼻的味道，即是我們所稱的狐臭，我們的治療方法可以分很多種，一一介紹如下：

➤ 對抗狐臭的方法：

1. **抑制掩蓋法**：可塗抹含有鋁鹽成分的止汗劑及體香劑。
2. **肉毒桿菌素**：打針注射在腋下，抑制交感神經無法作用在大汗腺上，進而得到治療，療程較快速簡便，但是需要重複施打，效果大約維持 6-8 個月。
3. **手術切除（積極性治療）或用旋轉刀刮除法**：若要永久去除狐臭還是需要手術治療，頂漿腺汗腺切除手術就是在腋下有切口，手術方式將頂漿腺切除後，再將皮膚細細縫回去，優點是可永久去除，也可以除掉毛髮，不過得照顧傷口。

狐臭是受到性賀爾影響，也有遺傳傾向，大多在青春期開始出現，是因為腋下頂漿腺過度發達造成的。狐臭的**日常注意事項**包括注重個人清潔衛生，保持腋下的乾燥，另外刮除腋毛也可以減少汗液的存留，減少味道的產生。盡量穿著透氣通風的衣服，避免過緊衣物以避免濕汗堆積。流汗後應盡快擦乾並替換汗濕衣物，另外適當止汗劑的使用有助於暫時的汗腺分泌抑制，但效果因人而異，有時會發生皮膚紅腫發癢的過敏情形，那麼就要先暫時停止使用了。

狐臭的治療有好幾種方式，依個人的症狀及生活方式有所不同，諮詢專業醫師能提供完整的治療說明及照顧需知，讓你能選擇最適合自己的治療方式，只要去除造成狐臭的原因，狐臭及腋下多汗的困擾是可以解決的。