

## ไม่อยากเป็นผู้หญิง กลิ่นตัวแรง

🕒 นำเสนอเมื่อ 22 พ.ย. 2551

ไม่ว่าใครก็ชอบกลิ่นหอมชื่นใจด้วยกันทั้งนั้น แต่ถ้าเมื่อไรต้องเผชิญกับปัญหากลิ่นกายฉุนก็ สาวๆ จงยารอช้า ขอให้รีบหาทางแก้ไขโดยด่วน

กลิ่นตัวเกิดจากต่อมเหงื่อที่ผลิตสารสีขาวขุ่นออกมา แล้วถูกย่อยโดยเชื้อแบคทีเรียซึ่งอาศัยอยู่บนผิวหนัง จึงทำให้เกิดกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ โดยมักจะเกิดที่บริเวณใต้วงแขนมากกว่าส่วนอื่น ซึ่งมีหลายปัจจัยที่เป็นสาเหตุของกลิ่น

**ฮอร์โมน** โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนมาก ก็ทำให้เกิดกลิ่นตัวเช่นกัน

**สภาพอากาศ** ในสภาพอากาศร้อนหรือร้อนชื้น เชื้อแบคทีเรียที่ผิวหนังจะเพิ่มจำนวนมากเป็นพิเศษ และเป็นสาเหตุให้เกิดกลิ่นตัวได้ง่ายและรุนแรงขึ้น

**เสื้อผ้า** เสื้อผ้าเนื้อหนาหรือผ้าใยสังเคราะห์จะระบายเหงื่อได้ช้าและเกิดความอับชื้นได้ง่าย

**อารมณ์** ความเครียด โกรธ หรือตกใจ จะกระตุ้นให้ต่อมเหงื่อขับเหงื่อออกมามากกว่าปกติ

**อาหาร** ที่มีสารโคลิ้นสูง เช่น เนื้อสัตว์ ไข่ ดับ พืชประเภทผักถั่ว หัวหอม กระเทียม และเครื่องเทศ รวมถึงการรับประทานอาหารรสจัด ล้วนแต่เร่งให้ต่อมเหงื่อขับไขมันออกมามากขึ้นทั้งสิ้น

**ภาวะผิดปกติทางร่างกาย** เช่น การทำงานที่บกพร่องของระบบเผาผลาญอาหารบางระบบ หรือระบบการย่อยของเอนไซม์ ทำให้ร่างกายสร้างสารเคมีบางอย่างที่มีกลิ่นแล้วขับออกมาทางเหงื่อ

**ยา** เช่น ยาการรักษาสิวทั่วไปที่มีส่วนผสมของ Benzoyl Peroxide มีผลข้างเคียงทำให้เกิดกลิ่นตัว

### สารพัดวิธีกำจัดกลิ่น

1. อาบน้ำให้สะอาด

โดยอาจเลือกสบู่ที่ช่วยยับยั้งเชื้อแบคทีเรียและใช้ผลิตภัณฑ์ระงับกลิ่นกายควบคู่กัน

2. ปรีกษาแพทย์ ซึ่งอาจจำเป็นต้องใช้ยาปฏิชีวนะเพื่อฆ่าเชื้อแบคทีเรีย หรืออาจฉีดโบท็อกซ์ที่ไต้วงแขน เพื่อลดปริมาณเหงื่อใหนอยลงหรือแห้งสนิท ซึ่งตัวยาคะอยู่ได้ประมาณ 6 เดือน

3. โอ-เลเซอร์ (O-laser) เพื่อทำลายต่อมเหงื่อที่ไต้วงแขน โดยไม่ทำลายเส้นเลือดหรือผิวหนังแต่อย่างใด

4. ใช้คลื่น RF ส่งผ่านอุปกรณ์การแพทย์ขนาดเล็ก โดยสอดเข้าไปใต้ผิวหนังบริเวณไต้วงแขนเพื่อลดการทำงานของต่อมเหงื่อ

5. ถ้ามีปัญหากลิ่นตัวมากจนเกินเยียวยา แพทย์จะแนะนำให้ผ่าตัดเพื่อตัดต่อมไขมันใต้ผิวหนังออก หรือดูดไขมันบริเวณรักแร้ออก

ขอบคุณข้อมูลจาก **กระปุก.คอม**