

夏天，除了想到陽光海灘、健康膚色外，最怕是在擠迫的地鐵車廂內，站在你旁邊的那位人兄，高舉雙手，露出腋下濕了一片兼泛黃的衫袖，在空氣稀薄冷氣不足的車廂內，除了氧氣，還有你不想要的「贈品」：狐味飄香。

「汗」與「味」的炎夏

濃烈的體味的確會引起社交上的尷尬，其實當事人也不好受。臭狐成因主要有以下幾種：

1) 汗腺：

腋下有3種腺體，分別為小汗腺、大汗腺（頂漿腺）及皮脂腺。當中的頂漿腺在青春受荷爾蒙的分泌影響，會變得旺盛。患有臭狐的人，頂漿腺的腺體密度及體積亦較大，其分泌本來是沒有氣味的，但經過皮膚表面的細菌作用後，會產生不飽和脂肪酸和揮發性硫化物，因而產生強烈且令人不適的氣味。頂漿腺會在青春後才發育完成，因此臭狐多在青少年身上出現。當然，家族遺傳也有關係。

2) 腋毛：

腋毛會令汗液的殘留物積聚，而汗液中的不飽和脂肪酸和揮發性硫化物亦會積少成多，成為細菌的溫床，間接令臭狐情況惡化。

3) 細菌：

皮膚表面其實佈滿了細菌，那是正常的共存體，平日相安無事，當中的類白喉桿菌（Diphtheroid bacillus）或真菌會跟頂漿腺所產生的不飽和脂肪酸和揮發性硫化物發生作用，形成特殊的氣味。

4) 腋下皮膚：

腋下皮膚的皺褶，亦會令汗液積聚，增加細菌與汗液的作用。

在炎炎夏日，想以最簡單快捷的方法減少臭狐，就必須從其成因著手！

1) 肉毒桿菌素止汗：

原來，刺激頂漿腺產生汗液的神經末梢傳導體，跟刺激肌肉收縮的神經末梢傳導體是一樣的，因此利用肉毒桿菌素阻隔神經末梢傳導體，可減少汗液的產生，從而減少與類白喉桿菌產生的化學反應，令腋下乾爽，氣味減少。一般效果可維持6至9個月。

2) 利用激光脫毛：

利用長脈衝（long pulsed）Alexandrite 755nm或Nnd:YAG 1064nm 激光減去腋下毛髮，亦能減少汗液積聚，改善臭狐的同時，亦能改善外觀及減少因剝除腋毛而引致的皮膚過敏或毛囊炎等。

3) 利用激光嫩膚：

利用 Q-switched Nd:YAG 1064nm 可令腋下皮膚變得幼嫩，亦可減少皮脂腺的分泌，雖然不能作為減少臭狐的主導治療，但可改善腋下色素不平均的情況。

4) 市面上有不少止汗劑，其成份主要為重金屬；鋁鹽成份，其作用為阻礙小汗腺排汗孔，令汗液不能排出。此類產品對大汗腺（頂漿腺）起不了甚麼作用，因此在解決味道方面，可能並不顯著。

5) 最後，當然患者可以考慮手術治療，如刮除汗腺或割汗腺等，但會有一定程度的手術風險。

不論選用哪種方法，之前都必須尋求醫護人員的意見，詳細了解各方案的利與弊，方作出最後決定。☺

