



歡迎訂閱
電子報

藥物食品

安全週報 第775期

1 出門前擦止汗劑沒效？醫師教你正確用(上)

您有多汗、體臭的困擾嗎？止汗劑和制臭劑又該怎麼用？為了解決難纏的體臭煩惱，食品藥物管理署（下稱食藥署）邀請彰化基督教醫院皮膚科邱足滿醫師，為多汗者排憂解惑。

邱足滿醫師說明，人體的汗腺有大汗腺和小汗腺，小汗腺分布於全身，而手掌、臉部及腳底特別多，這種腺體的導管獨立開口於皮膚表面，成分99%是水，呈弱酸性，主要是透過排汗幫助調節體溫，然而皮膚表面細菌作用後會形成汗臭味；而大汗腺（又稱頂漿腺）主要分布在腋窩、肛門及陰部等部位，其導管開口於毛囊，汗液中含有蛋白質和脂肪酸，呈弱鹼性，經皮膚表面細菌作用後，會產生獨特氣味（費洛蒙）來吸引異性，但若味道令人不悅就會產生體臭。

小汗腺出汗是身體對熱的反應，情緒也會影響出汗；大汗腺是受到性腺和神經控制，在青春期之後才開始分泌，

情緒激動時也會刺激大汗腺分泌，對於多汗的人來說，社交穿著會很困窘，如果是大汗腺分泌旺盛，加上細菌作用產生的體臭，就真的糗大了！

面對多汗困擾，許多人會使用止汗劑，最常見的是鋁鹽，透過在汗孔頂部形成凝膠來止汗，塗抹後不能馬上見效，需等待6-8小時。目前衛生福利部（下稱衛福部）核准於特定用途化粧品的止汗制臭劑共5種，其中4種可止汗，均為鋁鹽，如下表：

成分名	限量標準	限制規定
Aluminum chlorohydrate	25% (以無水物計算)	用途 止汗制臭
Aluminum zirconium salts	20% (以無水物計算)	用途 止汗制臭 <small>*不得使用於噴霧類化妝品</small>
Aluminum chloride	15% (以水溶液計算)	用途 止汗制臭
Aluminum sequichlorohrdrate 及其衍生物	25%	用途 止汗制臭
Aluminum silver zinc aluminum silicate	5~10%	用途 抗菌、制臭 <small>應刊載之注意事項： 不得使用於皮膚有 破損或傷口部位</small>