

# 終結狐臭 還我清爽

文／整形外科美容中心 主任 吳肇毅

小冰（化名）最怕夏天了！自從青春期過後，她的腋下就會散發惱人的異味，冬天還好，流汗少，衣服穿厚一點，味道也還遮得住；夏天就不妙了，流汗多，衣服又薄，每當進到室內，看到旁人皺鼻屏息的樣子，就想找個地洞鑽進去。

小冰暗自下了個決心，今天就去找整形外科醫師，澈底解決異味問題，就當作是給自己18歲的禮物。

小冰腋下的異味，一般稱為狐臭。這個疾病多與遺傳有關，成因是位於腋毛毛囊旁的頂漿腺過度分泌。頂漿腺的分泌本來是為了滋潤腋下的皮膚，減輕腋下皮膚在摩擦時的不適，但若頂漿腺過度分泌，分泌物被皮膚表面的細菌分解發酵，就會產生濃郁的氣味。這種氣味往往因為天氣溼熱、情緒激動緊張，或身體狀況不佳服用某些藥物而變得更加明顯。

**狐臭有幾種治療方式：**味道不重者，腋下清潔很重要，在溼熱的天氣，最好每天清潔數回，並用乳液、香膏或抑汗劑讓腋下乾

爽；有味道但又不想接受手術者，可以局部注射肉毒桿菌素，肉毒桿菌素能阻斷交感神經作用在頂漿腺及汗腺，讓味道減輕，但效果只能維持約半年。

解決狐臭唯一持久又有效的辦法就是手術。現在手術器械很進步，在腋下切開0.5公分的傷口，利用吸脂器及旋轉刮刀即可將頂漿腺這個惱人的腺體去除，再用組織膠封住皮瓣及傷口，手術時間約為兩個小時。狐臭手術也可能會出現一些輕微的併發症，例如皮瓣暫時纖維化及產生皺摺，或是色素沉著等，但相對於異味全消，掃除社交障礙，這些「小小紀念品」就不算什麼了。

生活就是要清爽自在，有腋下異味困擾的人其實不必再費心遮掩，只要到整形外科諮詢，選擇一種最適合自己的治療方式，今後就能度過無數個自在的夏天！☺