

# 【科普】炎炎夏日，如何摆脱狐臭困扰

台州市立医院 昨天

—— 点击蓝字，轻松关注 ——



炎炎夏日，“烧烤+桑拿”模式开启，出门5分钟，流汗2小时，对于狐臭患者来说，这个季节更是异常尴尬，举手投足间的异味简直防不胜防，让人坐立难安，不敢往人多的地方去。

一直以来，狐臭都让大姑娘小媳妇难以启齿、让小鲜肉帅大叔闻风丧胆，那么，在这个夏天，该怎么与狐臭“撇清关系”呢？



## 什么是狐臭

狐臭又称为腋臭、臭汗症、仙人臭等，是由大汗腺(又叫顶浆腺)排泄的汗液，呈淡黄色，较浓稠。狐臭患者分泌的脂肪酸高于普通人，当脂肪酸达到一定浓度，经皮肤表面的细菌，主要是葡萄球菌的分解，产生不饱和脂肪酸而发出臭味。因为和狐狸肛门排出的气味相似，所以常称为狐臭。

# 其实大汗腺不只分布在腋下，脐孔、乳晕、肛门等部位也有，但**腋下是多汗和狐臭的“重灾区”**。

# 来自**医疗美容科**的**陈艳萍**介绍，其实很多人都是有体味的，像西方国家、东南亚国家的人可能多一点。平时他们用香水这些掩盖体味。在中国这种体味比较重的话，我们俗话就叫它狐臭。

狐臭在青少年中发病率中较高，大汗腺受内分泌的影响，在青春期才开始分泌活跃，故大汗腺引起的臭汗症多在青春期出现，到老年可减轻或消失。

### 腋臭的症状：

# 主要发生在腋下，出汗味道增加后会散发难闻的气味，在夏季时候表现最为明显。同时狐臭患者还常常伴有油耳朵，即耳屎油腻、发粘。

## 如何“摆脱”狐臭困扰

### 非手术治疗

- **症状较轻者**，可以采用外用止汗露等抑制汗腺分泌及细菌滋生。
- **症状较重者**，可以在5月或是6月注射A型肉毒毒素抑制汗腺分泌来度过最难熬的夏天。

一般注射2-3天后，汗液分泌明显减少，腋臭也明显减轻；一周左右后，在患者周围基本闻不到气味；维持时间一般在4-9个月左右。

特点：无需停工期，适合未满18周岁的青少年。

- 除此之外，也可行**黄金微针治疗**。黄金微针针尖发射的射频能量可选择性破坏毛囊皮脂腺、大汗腺，抑制炎症反应，激活自身抗炎修复系统。

特点：无创、无停工期、无瘢痕、费用偏高。

### 手术治疗

- **小切口微创大汗腺清除术**：在腋窝中部或中部靠后的位置做一长约1.5到2厘米的手术切口，分离皮肤，修剪大汗腺及毛囊组织。

手术后切口隐藏在腋窝皮纹里，瘢痕细小。



■ **与传统手术相比：**小切口微创大汗腺清除术具有出血少、创伤小、瘢痕轻、疗效稳定等优点。

■ **术后注意事项：**手术后维持双手叉腰2周。穿较为宽松的衣服，保持双肩放松，防止肌肉紧张收缩。术后日常生活需要家人的协助。



**医疗美容科腋臭微创专科：**

地点：1号楼13楼医疗美容科

门诊时间：周一到周五



部分图片来源于网络，如有侵权请联系删除

供稿 | 医疗美容科 陈艳萍

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 吕静瑶 李皖生



**台州市立医院微信公众平台**



敬畏生命 追求卓越



**台州市立医院眼科中心公众平台**



敬畏生命 追求卓越