

脇脱毛でワキガが治った？ワキガが悪化した際の対処法やセルフケア6選

「脇脱毛でワキガは改善するの？」

「脇脱毛でワキガは悪化する可能性はあるの？」

脇の臭いでお悩みの方は、一度は気になったことはあるのではないのでしょうか。

脇脱毛でワキガは改善する効果が期待できます。

この記事では、脇脱毛でワキガの改善が期待できる理由や、ワキガが悪化した場合の対処法やセルフケアについて解説します。

この記事でわかること

- ・ワキガになりやすい人の特徴
- ・脇脱毛とワキガの関係性
- ・ワキガが脱毛で悪化した際の対処法
- ・ワキガの人におすすめのセルフケア

そもそもワキガとはどのような症状？

ワキガとは脇から「ツンとした」強い硫黄のような臭いがする症状です。

通常の人と比べると、汗の分泌量が多く、衣服に黄色いシミができやすいのが特徴です。

ワキガは遺伝すると言われており、両親のどちらかにワキガの症状がみられる場合は子供にも影響する可能性があります。

ワキガの原因

ワキガの原因は、汗腺(かんせん)の一つであるアポクリン汗腺から出る汗が毛穴を通して、皮膚上の常在菌(健康な人の身体に存在している微生物)によって分解されることです。

汗が出る汗腺の種類は2つ存在しますが、全身の皮膚に存在するエクリン汗腺は、体温を一定に調節する働きがあり臭いはほとんどありません。

一方で、臭いの原因とされるアポクリン汗腺は、脇の下や耳、乳輪、外陰部と特定の場所に存在しています。

アポクリン汗腺には、タンパク質や脂肪酸など臭いの素となる成分が多く含まれ、汗が白くベタベタとしたツンとしたきつい臭いになります。

ワキガになりやすい人が持つ特徴

ワキガは、アポクリン汗腺が多い人がなりやすい傾向にあります。

理由は、脇の下にあるアポクリン汗腺が多いと、きつい臭いの汗を分泌する量も増えやすいからです。

アポクリン汗腺は遺伝の可能性があり、家族にアポクリン汗腺を多く持っている子どもも同じ体質になる場合があります。

家族にワキガの症状がみられない場合は、カロリーや脂肪分を多く含む食品の過剰摂取による食生活の乱れが考えられるでしょう。

また10～20代は、思春期の影響でホルモンバランスが乱れて臭いの症状が強まる場合もあります。

ワキ脱毛でワキガが治療できるわけではない

脇脱毛をおこなうことで、ワキガの治療ができるわけではありません。

脱毛の施術では、アポクリン汗腺を破壊する効果はないため、根本的な解決にはなりません。脱毛のレーザー治療は、毛穴にある黒い毛根に対してのみ反応します。

脱毛をおこない蒸れにくい状態にし、皮膚上にある常在菌の繁殖を抑え臭いの軽減ができて、臭いの原因となるアポクリン腺からの汗は変わらず分泌されます。

そのため、脱毛はワキガの根本的な治療にはなりません。

ワキガは専門の治療が必要

ワキガの根本的な治療は、軽度～重度の症状に合わせた専門的な治療が必要です。

症状が軽度の場合、ボトックス注射で発汗を抑えたり、医師が処方する制汗剤や抗菌剤を使用したりすることで、症状の改善が期待できます。

症状が重度の場合、根本となるアポクリン汗腺を取り除く手術やマイクロ波で汗腺を破壊する施術が挙げられます。

重度のワキガの治療は、費用が高額になるため保険を利用することをおすすめします。

ワキ脱毛でワキガが改善されることもある

脇脱毛をおこなうことで、ワキガが改善される可能性もあります。その理由は、以下のとおりです。

1. 毛がなくなることで衛生面がよくなる
2. 自己処理がなくなることで肌ダメージが減る
3. アポクリン汗腺の機能が低下する

それぞれ解説します。

理由①毛がなくなることで衛生面がよくなる

脇脱毛をおこなうことで、毛が少なくなり汗をかいても蒸れにくく、菌の発生を抑えられるため衛生面がよくなります。

特に、脇は毛が密集している部位で、通気性が悪く蒸れやすいことが特徴です。脇毛があると、汗をかいた際に常在菌の繁殖が進みやすくなります。

常在菌が繁殖した状態でワキ汗をかくと、アポクリン汗腺と分解しワキガ特有の臭いが発生します。

そのため、脱毛により蒸れを抑えることでワキガが改善される可能性もあります。

理由②自己処理がなくなることで肌ダメージが減る

脇脱毛をおこなうと、自己処理の頻度が少なくなり肌への負担を減らすことが可能です。

自己処理で肌にダメージを与えてしまうと、アポクリン汗腺が刺激されて汗の分泌量が増えやすくなるため、常在菌と分解しやすくなり臭いが強まる原因となりやすいです。

そのため脇脱毛をおこなうことで、肌への負担を減らし汗の分泌量を抑え、ワキガが改善する可能性があります。

理由③アポクリン汗腺の機能が低下する

脇脱毛によりアポクリン汗腺の機能を低下させ、臭いを改善できる可能性があるでしょう。
レーザー脱毛で毛がなくなったり、薄くなったりすると毛穴は引き締まります。

アポクリン汗腺は毛穴の近くに存在しているため、毛穴が小さくなることで角質や雑菌がたまりにくくなり、臭いが改善される可能性があります。

ワキ脱毛でワキガが改善されやすい人・されにくい人

脇脱毛でワキガが改善されやすい人とされにくい人の特徴は、以下のとおりです。

ワキガが改善されやすい人	
毛量が少ない	毛量が少なめの方は脱毛をすると、ワキガは改善されやすいです。臭いの原因となるアポクリン汗腺は、毛穴の近くに存在しているため、毛が少量で毛穴が少ない人はアポクリン汗腺の数も少ないとされています。 脱毛によって脇を清潔に保ち、常在菌の繁殖を抑えることでワキガ特有のきつい臭いを抑えられるでしょう。
症状が軽度	症状が軽い人も脱毛によって改善しやすいといえます。脱毛をおこなうと、汗をかいても皮膚に残ることなく流れ落ちるため、蒸れにくく清潔さを維持できます。 症状が軽い方は汗腺の数も少ないため、ワキガの改善が期待できます。

ワキガが改善されにくい人

毛量が多い	脇の毛量が多い人では、脱毛をしてもワキガは改善されにくいです。基本的に毛は毛穴から生えてくるので、その毛穴が多ければアポクリン汗腺も多くなりやすいです。よって毛量の多い方は脱毛での改善はされにくいため、普段の食生活から見直すことが大切です。
症状が重度	強い臭いの症状がある人も脱毛による改善は低いでしょう。脇脱毛では毛穴を引き締める効果はあっても、アポクリン汗腺を破壊する効果は期待できません。よってワキガの症状が重度の場合、クリニックを受診し相談をおすすめします。

ワキ脱毛でワキガが悪化したときの対処法

脇脱毛でワキガが悪化したときの対処法は、以下のとおりです。

- 毛穴の汚れを落とす
- ワキガ専用のクリームを塗り込み

毛穴の汚れを落とす

脇脱毛でワキガが悪化した際の対処法として、毛穴の汚れを落とす方法が挙げられます。

脇脱毛をすることで毛が細くなり毛穴がぽっかり開いてしまうので、老廃物が詰まりやすく臭いの原因になるかもしれません。

まずは毛穴の汚れを落とすために、温かいお湯かタオルを用意して、皮膚を柔らかくして汚れを落としやすくしましょう。

その後石鹸やボディソープを泡立て、擦らずに手で優しく脇を洗います。気になる人は、クレンジングで毛穴の汚れを落とす方法もおすすめです。

ワキガ専用のクリームを塗り込む

ワキガが悪化したときの対処法として、ワキガ専用クリームを塗ることも対処法の一つです。ワキガ専用のクリームには、汗腺の働きを抑え、汗の分泌量を減らす効果が期待できます。

一般的なクリームと比べ、殺菌成分や制汗成分が含まれているため臭いも抑えることが可能です。

ただし使用する前は、脇を清潔な状態にしておくことが大切です。

ワキガでワキ脱毛を受けても恥ずかしくない

脇脱毛してみたいけど、ワキガだと思われるのが恥ずかしいと悩む人も多いのではないのでしょうか。

実際に脇脱毛の施術経験があるスタッフがどう思っているのかを紹介します。

ワキガの人は意外と多い

日本人の10～15%はワキガ体質で意外と多いです。

10人に1人はワキガ体質で、まったく珍しくありません。基本的に脱毛の施術を受ける際は1対1のため、ほかの人の目を気にせずに治療を受けられるため安心です。

施術スタッフは気にしていない

日本人のワキガの人数は意外と多いため、ワキガであっても脇脱毛をおこなう施術スタッフは気にしないといえます。

また恥ずかしいと思っている場合は、施術前に医師やスタッフとコミュニケーションを十分に取り、不安や悩みを伝えることで理解してくれるでしょう。

事前処理で嫌なにおいを改善できる

ワキガの人でも事前に自己処理をおこなうことで、自己処理後は蒸れる心配が少なく菌が繁殖しにくい臭いを一時的に改善できます。

毛の自己処理は、脱毛の前日までにおこないましょう。

またワキガが蒸れやすい体質の人は、脱毛直前までこまめに清潔な布で拭いてあげることもおすすめです。

それによって常在菌の繁殖を抑え、ワキガの臭いを一時的に改善できる可能性があります。

【注意】脱毛当日に制汗剤は使わない

脱毛の当日は、制汗剤を使わないことをおすすめします。

その理由は、制汗剤を使用することで毛穴を塞いでしまうからです。

特に医療用など効果が高い制汗剤の場合、数日間毛穴に残ったままになるため脱毛の効果が十分に得られなくなります。

また、制汗剤の成分には毛穴を引き締める作用があり、脱毛後に毛が抜けにくくなるため当日の使用は避けましょう。

ワキ脱毛と一緒にするべきワキガのセルフケア6選

ワキ脱毛と一緒にするべきセルフケアは、以下のとおりです。

- 規則正しく生活する
- 脇を洗い清潔を保つ
- 制汗剤・脇汗パッドなどを使う
- 脇汗をこまめに拭き取る
- 衣類についた汗染みを取る
- 通気性のいい衣類を着る

それぞれ紹介します。

規則正しく生活する

規則正しい生活をおこなうことで、汗の分泌量が抑えられます。

人間は、睡眠不足や過度なストレスにより自律神経が乱れ、交感神経が優位になると汗の量の調整が難しくなります。

そのため食事の時間や起床、就寝時間を一定にするなど生活リズムを整えることが大切です。本来、就寝時は副交感神経が優位になるため、寝る前に食事をとったり、スマホを触ったりし続けると交感神経が活発になります。

それによって自律神経が乱れるため、十分に注意しましょう。

脇を洗い清潔を保つ

脇を洗い清潔を保つことで、菌の繁殖を抑えることが期待できます。

ワキガ体質の人は毛穴が多く存在している傾向にあり、毛穴に皮脂や汚れ、角質などが詰まりやすくなります。

毛穴の詰まりを放置しておくと、脇にブツブツができたり、肌トラブルが起こったりするため、石鹸やボディソープで優しく手洗いして清潔を保つことが大切です。

制汗剤・脇汗パッドなどを使う

日中の臭い対策として、制汗剤や脇汗パッドを使うことをおすすめします。

制汗剤には毛穴を引き締め、汗の分泌を抑えてくれる役割があります。数多くの制汗剤のなかでも効果が高いのは、医療用の制汗剤です。

市販の制汗剤と比べて、医療用の制汗剤は継続して使用すると数日間効果が持続して汗の量を抑えられます。

一方で、制汗剤を使うと肌が荒れてしまう敏感肌の人は、脇汗パッドがおすすめです。

日中にかいた汗をパッドが吸い込んでくれるため、衣服への汗染みを軽減して臭いを改善する効果が期待できます。

脇汗をこまめに拭き取る

汗をこまめに拭き取ることで、臭いは一時的に改善できます。

脇の汗を放置せずしっかり拭くことで、皮膚上に雑菌が残らず臭いの発生を抑えることが可能です。

特に、運動後などで体温が高くなると交感神経が優位となり、汗の分泌が促進されやすいです。

皮膚上にある常在菌と分解し臭いの原因になるため、脇汗はこまめに拭き取りましょう。

衣類について汗染みを取る

汗をかくと衣類にしみ込み、汗染みとなるためこまめに取り除きましょう。

衣類にワキガの臭いが付着してしまうと、洗濯だけでは完全に取除くことが難しい場合があります。

特に合成素材は、汗染みになりやすいです。汗染みを取るには、重曹や食器用洗剤、酸素系漂白剤などにつけることをおすすめします。

通気性のいい衣類を着る

通気性のいい服を着ることで、雑菌や常在菌の繁殖を抑えることが期待できます。

身体に密着しやすい衣服や通気性の悪い素材の衣服は、汗をかくと蒸れやすく臭いを発生させる原因の一つです。

通気性の良い綿や麻の素材の衣服を着ることで、汗の蒸発がしやすくなりワキガ臭を軽減できます。

まとめ

今回は、脇脱毛でワキガの改善が期待できる理由や、ワキガが悪化した場合の対処法やセルフケアについて解説しました。

脇脱毛をおこなうと、毛が少なくなり脇の蒸れが解消されます。

ただし、脇脱毛をおこなってワキガが改善するかどうかは、毛穴の多さや症状の度合いによって個人差があります。

気になる方はカウンセリングを受け、脱毛でワキガを改善させましょう。