

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章／內容／資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章／內容／資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或默示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員，以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。

止汗劑 vs 香體劑

ANTIPERSPIRANTS DEODORANTS

.... 成分大不同

天時暑熱，為免大汗淋漓令衣衫盡濕，又或不想發出氣味令人敬而遠之，有些人習慣使用止汗劑或香體劑。其實，兩者有何分別？會否影響健康？

出汗有助保持體溫正常

人體出汗是維持和控制體溫的生理功能。在熱的環境或運動時，身體會排出較多汗液，以散發體內的熱力，令體溫保持正常。真皮層下的汗腺會產生汗液，分泌到皮膚表面。人體的汗腺分為小汗腺（又稱外分泌汗腺，eccrine glands）和大汗腺（又稱頂漿腺，apocrine glands），小汗腺遍布全身，但分布並不平均，手掌和腳掌較多，面部次之，可快速分泌大量汗液，當中大部分為水，其餘成分包括少量氯化鈉、乳酸、尿素等。大汗腺則主要分布於腋

窩、胸部及生殖器等處，會分泌弱鹼性物質，當中有蛋白質和脂肪等有機成分。一般來說，男士的汗腺較女士活躍。

體臭成因

汗液一般無氣味或只有輕微氣味，汗液排出後，會被皮膚表面的細菌分解，特別是含有機成分的蛋白質和脂肪，會變成有氣味的物質，形成體臭。

汗液和體臭來自兩個不同的源頭，前者主要由小汗腺分泌形成，後者則由大汗腺和皮膚表面的細菌形成。

止汗劑多數含鋁鹽

市面常見的止汗劑 (antiperspirants)，聲稱能抑制汗腺分泌汗液，防止出汗，通常含有鋁及鋇化合物，藉鋁鹽或鋇鹽暫時堵塞汗腺，達到抑制出汗的效果，停用後會回復原來的出汗狀況。一般來說，止汗劑的鋁化合物含量愈高，止汗效能愈佳，但不同地方有規定其含量上限。

部分地區例如歐洲、加拿大和美國均規定可用於止汗劑的有效成分及含量，該等成分眾多，其中較常見的是氯化鋁 (aluminum chlorohydrate) 和八氯甘氨酸鋁鋇 (aluminum zirconium octachlorohydrate gly)。根據美國食品及藥物管理局 (Food and Drug Administration，簡稱 FDA) 的資料，部分鋇化合物可能導致人類皮膚生長肉芽腫 (granulomas)，及損害實驗動物的肺部及其他器官。噴霧較容易被用者吸入，如噴霧裝產品含鋇化合物，吸入後可能損害肺部，因此，美國FDA早已禁止任何含鋇化合物的噴霧化妝品在美國發售，鋇化合物亦不可用於噴霧裝止汗產品。

香體劑

香體劑 (或稱除臭劑，deodorants) 的作用是減低因排汗而產生的體味，通常含有殺菌或抗菌劑，例如酒精，用以減少細菌滋生。香體劑和止汗劑的主要分別在於香體劑不含鋁或鋇等止汗成分，故沒有抑制汗液分泌的功能。

添加香味及其他成分

止汗劑和香體劑產品除了基本的成分外，也可能添加其他成分，例如香料 (fragrances)、殺菌劑或乳化劑等，以增加香味、改善質感等，不過這些成分可能會令部分人士過敏，尤其是香料成分，而哪種香料會令人過敏則因人而異。在歐洲，駐留的化妝品，若含26種可能令人過敏的香料 (fragrance allergens) 中任何一或多種而該成分含量超過10ppm，必須於成分標籤標示，其中包括常見的檸檬、香葉或香茅香味等。

部分產品沒有列出成分

市面上的止汗或香體產品，大部分聲稱有止汗功能的樣本均有詳列成分。其有效止汗成分大部分為氯化鋁鹽，少數為八氯甘氨酸鋁鋇 (非噴霧產品)；成分含量則只有數個樣本列出止汗成分的百分比，由5%至17.8%不等。

香體劑樣本中，部分標示了詳細成分，當中多數含有多種酒精 (用以殺菌) 及香料，亦有個別產品包裝上未有標示成分，但網上產品資料聲稱具雙重殺菌成分，能抑制細菌產生，另含薄荷成分。

此外，少數產品聲稱止汗及香體，但沒有列出成分資料，消費者不能知曉是否有止汗成分。

止汗劑或香體劑會否影響健康？

止汗劑通常含有鋁的化合物，而在動物試驗中，高劑量的鋁屬神經毒物 (neurotoxicant)。有研究顯示止汗劑可能與乳癌 (breast cancer)、阿茲海默症 (Alzheimer's Disease) 或帕金森症 (Parkinson's Disease) 有關，不過，美國FDA及歐洲消費者安全科學委員會 (Scientific Committee on Consumer Safety, SCCS) 均認為現時未有足夠證據證明使用止汗劑與上述病症有關。

若消費者擔心日常使用止汗劑會增加鋁的攝入量，可轉用其他不含鋁或鋇化合物的香體劑，不過這些產品沒有止汗成分。

消費者提示

使用止汗劑或香體劑最常遇見的問題是所含的香料、酒精等，可能會刺激皮膚或呼吸道，引致皮膚出現痕癢或紅疹。

- 選購時，宜先檢視成分標籤，看看是否含有曾令自己皮膚或呼吸道過敏的物質或其他受關注的物質，例如鋁、鋇、香料或酒精成分等。呼吸道易過敏人士建議選用走珠裝或膏裝等非噴霧裝產品，減少吸入刺激物質的機會。
- 使用新產品時，宜先在手臂內側試用，沒有皮膚過敏反應才使用。
- 一般止汗劑或香體劑只適用於腋窩、手肘等少數部位，不宜全身使用。
- 不要用於受損的皮膚或剛剃毛的皮膚上，以免刺激皮膚。

其實，要保持清爽儀容，注意個人衛生是基本要訣，例如每天洗澡，一般已能防止身體散發濃烈的氣味。熱天時可帶備手帕或紙巾吸汗，穿着吸汗的鬆身棉質衣物，或在有需要時更換衣服，都會感覺較舒適，不一定要用止汗劑或香體劑。汗液較多或經常置身於炎熱的環境，可嘗試使用止汗產品減少汗液，但效果則視乎產品成分和含量，亦會因人而異。

成分資料助消費者瞭解產品特性

在歐洲、加拿大及澳洲等地，止汗及香體產品屬化妝品，而化妝品必須標示成分資料，但本港對化妝品未有此規定。其實，標示成分資料有助消費者瞭解產品所含物質及特性，例如是否含止汗成分或令其皮膚過敏的香料成分。本會呼籲入口商或代理商標示產品的成分資料，讓消費者參考，有助避免選購令其皮膚過敏的成分。

不同形式的包裝

噴霧裝



止汗劑及香體劑產品多數是噴霧裝，使用時在約15厘米外或按產品指示的距離，對準施用部位例如腋下，按掣噴出適量噴霧。不要亂噴或吸入噴霧，以免損害眼睛，或吸入過量揮發性有機化合物 (Volatile Organic Compounds, 簡稱 VOCs) 而影響呼吸管道。

使用含石油氣的噴霧產品時，應保持室內通風良好，亦須嚴格遵守製造商的指示和說明，及不可於明火附近使用或將噴霧產品噴於明火、火焰或熾熱的表面。切勿過量使用噴霧產品或在有電器開動的密封地方使用。噴霧產品應置於兒童不能接觸的地方。

此外，噴霧裝產品因安全理由未必可帶上飛機，旅行時可考慮帶容量小的膏裝或走珠裝款式。



走珠裝

用時先搖勻，開蓋後直接用滾珠將產品塗抹於皮膚上，容易控制分量，不過要小心避免沾污衣物。



膏裝

質地像肥皂，可直接塗抹於皮膚上，不及走珠裝容易控制分量。



醫生意見

香港醫學會會董及皮膚專科醫生陳厚毅表示，一般情況下，部分消費者使用止汗劑可能見效，但有些人士，例如多汗症人士，則未必有效，可能需要看醫生，以其他方法治療才見效。止汗劑一般不宜全身使用，尤其面部較易過敏的肌膚更要小心，通常可用於腋下、手或腳等部位。

陳醫生表示，應在未出汗前使用止汗劑才會有效，最佳時機應是晚上睡覺前，此時汗腺不活躍，也可減少因活動被衣服擦掉的機會；通常在皮膚上薄薄搽或噴一次便可，太多反而容易造成過敏反應。用止汗劑一般不會減少人體其他部位的正常排汗，畢竟用止汗劑的部位只佔身體出汗極小面積（約2%）。濕疹患者或皮膚容易過敏人士選擇止汗劑時，建議檢視成分標籤，選取一些只有基本成分的止汗劑，減少接觸易令其過敏的物質。

