Автор: admin
21.09.2014 11:01 -

Излишняя потливость: скрывать или лечить?

В поисках своего средства от пота, будь то дезодорант или антиперспирант, многие потребители хотят одного – избавиться от неприятного запаха пота. А производители предлагают два варианта решения этой проблемы: заглушить запах пота парфюмерными ароматами или блокировать работу потовых желёз.

У каждого из нас разная степень потливости организма, и далеко не всем помогают део-спреи, которые лишь маскируют запах пота. Что касается антиперспирантов, то учёные до сих пор спорят о том, насколько вредны могут быть входящие в состав этих блокаторов пота ингредиенты.

Почему мы потеем?

Если задуматься: потоотделение – это такой же естественный процесс в нашем организме, как дефекация, например. Представьте себе, если бы вам предложили средство, которое избавило бы вас от необходимости ходить в туалет. Как бы вы отнеслись к такой новинке?

Всё правильно, с потом из организма выходят вредные вещества, ибо кожа – это самый большой орган в человеческом теле, и она тоже имеет свой режим работы. Например, почки и печень очищают кровь, но мы визуально не можем наблюдать, как это происходит. С процессом потоотделения всё проще. Занимаясь в спортзале, мы регулярно наблюдаем, как капельки пота стекают по телу тренирующихся людей. С эстетической точки зрения потные тела не вызывают у нас симпатии, особенно раздражает потливость людей в переполненном транспорте.

Немного о вредных веществах, содержащихся в антиперспирантах

С другой стороны, некоторые учёные утверждают, что парабены и соли алюминия, содержащиеся в дезодорантах, могут вызывать рак груди. Сейчас фиброзный кистоз и мастопатию медики наблюдают у женщин репродуктивного возраста до 30 лет. Вам наверняка известно, что подобные образования в груди могут со временем перерастать в злокачественные опухоли.

Стоит ли напоминать, что подмышки находятся рядом с грудью. Возможно, когда вы блокируете работу потовых желёз, вы создаёте своему организму проблему: он перестаёт выбрасывать вредные вещества через кожу вместе с потом. И в результате

они просто накапливаются в организме.

Искать первопричину, а не маскировать симптомы

Многих из нас больше интересуют проблемы, которые лежат на поверхности, поэтому так успешно продаётся очень много средств и лекарств, которые лечат симптомы, а не первопричину заболевания.

Большая часть излишне потливых людей не сразу обращается к врачу с жалобами. Сначала они пытаются найти себе подходящий део-стик, который «заткнёт», словно пробка, те дырки на теле, из которых так неприятно пахнет. А эти дырки называются порами, и через них наша кожа дышит и взаимодействует с окружающей средой, например, понижает температуру тела в жару.

Между прочим, повышенное потоотделение, как и появление прыщей на коже, тоже имеет свои первопричины, которые могут скрываться в излишнем весе, неправильном питании, зашлакованности организма, неправильно функционирующих отдельных органах или даже в нехватке каких-либо гормонов в организме.

Проблема в том, что нужно потратить время, силы и, возможно, немалые денежные средства, чтобы провести полное обследование организма и выяснить эту первопричину. Гораздо проще пойти в магазин и потратить скромную сумму на дезодорант или крем, который уберёт видимые недостатки с вашего лица и тела.

Но это не значит, что вы от них избавились, они есть, просто вы их замаскировали. Это можно сравнить с нанесением тонального крема на проблемную кожу лица: девушка знает, что у неё на лице некрасивые прыщи, она наносит маскирующее средство, потом тональный крем, потом припудривает всё это хорошенько, и вот прыщи уже не заметны. Но она знает, что они никуда не делись, они по-прежнему на лице, просто окружающие их не видят.

Если вы чего-то не видите, это не значит, что этого нет

Так мы не видим многих процессов, происходящих в нашем организме, не видим зашлакованной печени, не видим холестерина внутри сосудов, не видим токсинов в крови. И это не значит, что последствия такого образа жизни и нашего неведения нас никогда не настигнут. Хуже всего то, что они застанут нас врасплох, когда мы меньше всего будем этого ожидать, только придут они уже как реальная болезнь, как

официально поставленный врачом диагноз.

Но что же делать с запахом пота, который всё равно остаётся? Соблюдать личную гигиену, лечить организм, искать альтернативные варианты: дезодоранты с приятными запахами, не блокирующие процесс потоотделения.

Потеть «почётно»

Поймите, потеть нужно! Это так же естественно, как дышать.

В фитнес-клубе вообще потеть почётно: чем больше сошло с вас потов во время занятий, тем больше калорий вы потеряли. Следовательно, хорошая новость: вы постепенно худеете.

В сауне и русской бане вообще потеть приятно, это способ очистить не только кожу, но и организм в целом.

Поэтому я хочу вам пожелать: потейте на здоровье! А те, кто считают, что «принцессы не какают», пусть молча мучаются от своих личных эстетических комплексов и проблем.

Автор - **Татьяна Сарбаева**
Источник