

あなたは大丈夫！？加齢臭対策

「オジサン独特のニオイ」と思われがちな「加齢臭」、実は中高年の男性だけではなく、男女ともに40歳を過ぎた頃から発生するニオイです。加齢臭の原因は老化による皮脂成分の変化です。加齢臭の発生メカニズムと、その対策について、資生堂化粧品開発センター研究員の



資生堂化粧品開発センター
洗浄製品開発グループ

河野 佐代子 (かわの・さよこ)

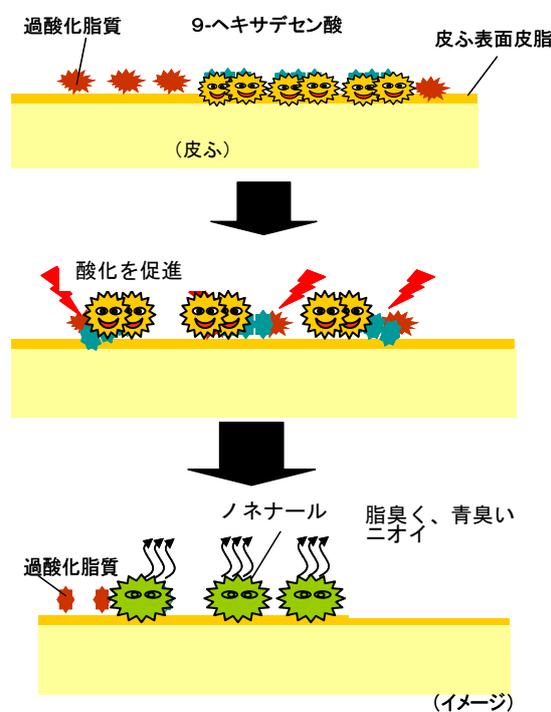
加齢臭はなぜ発生する？

加齢臭の原因となる成分「ノネナール」は、1999年に資生堂の研究者が世界で初めて解明しました。

(※ノネナールは資生堂の登録商標です)

皮脂の成分は加齢とともに変化し、40歳を過ぎた頃から脂肪酸の一種である「9-ヘキサデセン酸」や、活性酸素によって酸化された脂質「過酸化脂質」などが増えてきます。9-ヘキサデセン酸自体は無臭ですが、過酸化脂質によって酸化が促進されると、脂臭くて青臭い「ノネナール」がつけられます。ノネナールが多くなると、汗や皮脂のニオイと混ざって中高年特有の体臭と感じさせます。

「ノネナール」は20~30代の人からはほとんど検出されませんが、男女ともに40歳を過ぎた頃から体臭に含まれるようになります。ニオイは人によってさまざまですが、「ロウソク」「古本」などのニオイに似ていると例えられています。



知っているようで知らなかった、加齢臭の常識

- Q. 加齢臭は個人差があるようですが、ニオイが強くなるのはどんな人？
- A. 加齢臭の元であるノネナールは男女ともに40歳を過ぎた頃から発生します。体臭は一般的に食生活やストレス、生活習慣に影響されます。脂っこい食事を好む人、喫煙や飲酒をする人は体臭も強くなる傾向にあります。
- Q. なぜ男性のほうが女性よりも加齢臭が強いのか？
- A. 最近ではお洒落な男性も増えていますが、一般的に女性は男性に比較して入浴やデオドラント商品の使用、化粧など、普段の生活シーンでよりこまめに身体のお手入れをする傾向にあるため、男性より加齢臭が感じられにくいと考えられます。また、男性は女性よりも皮脂分泌量が多いため、ノネナールの分泌量が多い可能性があります。

さらに男性はスーツやコートなど、女性と比べて同じ衣服を続けて着用することが多かったり、衣服をクリーニングに出す回数が少なかったりすることがあり、その結果衣服にニオイがこもっていると考えられます。

Q. 加齢臭は夏より冬の方が感じやすいって本当？

A. 暑い夏は汗をかくのでこまめに入浴したり、服を洗濯したりします。しかし、冬はコートやセーターなど、頻りに洗濯しない衣服が増えるため、知らず知らずのうちにニオイやニオイの元となる成分が衣類に移ってしまうため、冬の方が加齢臭を感じやすくなります。

加齢臭のチェック方法

体臭は常に鼻に入ってくるため、慣れてしまって自分では気づきにくいものです。着ていた洋服などを脱いで、しばらく時間がたってわきや襟などのニオイをかいでみてください。自分でニオイを感じるようでしたら、周囲の方もニオイに気づいている可能性があります。体臭は親しい間柄でもなかなか指摘しづらい面もありますが、自分の体臭には気づきにくいので、時にはご家族の方に、服装のチェックをするように、「体臭＝見えない身だしなみ」と捉えてチェックしてもらってはいかがでしょうか。

加齢臭の対策方法

加齢臭は、肌が加齢とともに変わっていくのと同様に、いわば「体臭の加齢現象」であり、誰にでも起こることです。必要以上に神経質にならず、対策方法を知ることです。つきあっていきましょう。

- ① 入浴・シャワーで清潔に～入浴やシャワーで、ニオイ発生の原因となる皮脂を洗い流しましょう。外出時にはシートタイプのデオドラント製品で汗や皮脂をふき取るとよいでしょう。
- ② 衣類の洗濯・クリーニングはこまめに～ニオイの原因物質は衣類にも蓄積されるので、こまめに洗うことを心がけましょう。
- ③ バランスの良い食生活を心がけましょう～ニオイの原因となる動物性の脂肪などの取りすぎに注意しましょう。
- ④ ストレスを溜め込まないよう、適度なリラックスタイムを作りましょう。
- ⑤ ノネールの生成を防ぐ抗酸化成分や、ニオイを目立たなくする機能性香料などが配合されたデオドラント製品を使うのも効果的です。

資生堂では、加齢臭対策のデオドラントスプレー「エージープラス エイジデオスプレー（医薬部外品）」と「エージープラス メンズエイジデオスプレー（医薬部外品）」を2014年2月21日（金）に発売します。また、子会社の資生堂アメニティグッズ株式会社からは、ボディーケアブランド「ジョイフルガーデン」を発売しています。