

כוננות לחות

נוסעת בתחבורה ציבורית? מקפידה לשמור על כושר? יש לך דופק?

גם אם ענית "כן" רק על שאלה אחת, **את צריכה דאודורנט**.

הנה כל מה שאת צריכה לדעת לפני שאת מורחת

עדי רשף

סופר־פארם וראש מעבדת פרופשונל. "בדרך כלל הוא מכיל שניים או שלושה מרכיבים פעילים שמונעים את השגשוג של הבקטריות והפטריות, ובכך מנטרל את ריח הזיעה. אנטי פרספירנט הוא נוגד הזעה – כלומר כשמתמשים בתכשיר, מויעים פחות. תכשירי אנטי פרספירנט מכילים מרכיבים שמתערבים במנגנון ההזעה ומעכבים אותו על ידי כיווץ

איזה דאודורנט יעיל לזמן ארוך יותר - ג'ל, ספריי או סטיק?

"דאודורנט סטיק", אומר האתם עמשה, מנהל מחלקת רוקחות ברשת Be, "היות שהוא מבוסס על משחה שומנית שנשארת זמן רב יותר על העור. אחריו במדר האפקטיביות לאורך זמן – דאודורנט ג'ל ואחריו הספריי, שמתאדה יחסית מהר".

מה ההבדל בין דאודורנט לאנטי פרספירנט? "דאודורנט לא מונע

הזעה, אלא רק את הריח שלה", מסביר רפי פרחי, רוקח ראשי ברשת



ליוניסקסית:	לרגישה:	לרומנטית:	לחסכונית:	לזאת שמעדיפה
Ice Chill, אנטי פרספירנט	דאודורנט אנטי פרספירנט ללא אלכוהול לעור רגיש, 49 שקל, וישי	אנטי פרספירנט רול־און בניחוח פרחי לבנדר מפרובאנס, 24 שקל, איב רושה	Emotion, אנטי פרספירנט רול־און, 9.90 שקלים, ביוטיקיר	נטול: Body Care, דאודורנט רול־און ללא אלכוהול וללא אלומיניום, 39 שקל, יובנה

מה ההבדל בין דאודורנט רגיל

לדאודורנט טבעי? "רוב הדאודורנטים הם אנטי פרספירנט, אבל להזעה יש תפקיד, היא חשובה לגוף ואנחנו לא אמורים למנוע אותה", מסבירה שירי כספי, נטורופתית N.D ומרצה במכללת רידמן. "תחליפים טבעיים לדאודורנט מפחיתים כמידה מסיימת את ההזעה אבל בעיקר מנטרלים את הריח שלה. רוב התחליפים מבוססים על סודה לשתיה, חומר בסיסי שמנטרל את היכולת של החיידקים להתרבות באזור בית השחי, וכשאינ חיידקים אין פירוק של זיעה ואין ריח. אישית, אני מורחת את אבקת הסודה ישירות על בית השחי באצבע, אבל אפשר גם לערבב אותה עם מרכיבים טבעיים נוספים כדי ליצור מרקם משחתי. שימוש בסודה לשתיה מפחית מעט את ההזעה אבל בעיקר מנטרל את הריח. אין מאה אחוז מניעת הזעה כשמתמשים בדאודורנט טבעי".

מה הם ההבדלים בין דאודורנט לאישה ובין דאודורנט לגבר? "הרכב החומרים והריכוז שלהם זהים בשניהם, אבל בדאודורנט לגבר הריח בדרך כלל יהיה חזק יותר, בסגנון שנחשב 'גברי', וגם האריזה מותאמת לקהל היעד בעיצוב ובצבעוניות שלה", מסביר עמשה. "מבחינת המוצר עצמו, ההבדל הוא בעיקר שיווקי".

מתי כדאי להשתמש בדאודורנט כדי להשיג מקסימום יעילות? "אנחנו מזיעים יותר במהלך היום, כשאנחנו פעילים, וגם סטרס תורם משמעותית להזעה", אומר עמשה. "לכן אני ממליץ להשתמש בדאודורנט בבוקר, אחרי מקלחת. אם משתמשים בסטיק, חשוב לייבש היטב את העור בבית השחי לפני המריחה, היות שהבסיס של הסטיק הוא שומני והמים יפגעו באפקטיביות שלו".

האם יש קשר בין שימוש בדאודורנט ובין סרטן השד? "בשנות ה־90 החלו לעלות ספקות בנוגע לבטיחותם של הדאודורנטים", מספר ד"ר אביעד הופמן, מנהל תחום כירורגיית שד בביה"ח רמב"ם ובגנה מדיקל. "מאז נעשו בחו"ל כמה מחקרים בנושא, ולא נמצא קשר בין שימוש בדאודורנט ובין סרטן השד וגם מבחינת ה־FDA אין שום הנחיה שהדאודורנט מסוכן. סרטן השד

רצות מתבון מחיר
לדאודורנט טבעי? רשמו:
50 גרם **אבקת סודה לשתיה**
25 **טיפות של שמנים אתריים לבחירתך**
אופן ההכנה: שופכים את שקית אבקת הסודה לקערת זוכית. מטפטים את השמנים האתריים, מערבבים היטב עד שהאבקה סופגת את השמנים ומעבירים לצנצנת נקייה.

רנע, חשוב לדעת ש:
לא כולם עפים על השימוש בסודה לשתיה כדאודורנט. כך למשל אומר לנו ד"ר אמיר קורן, מומחה לרפואת עור: "סודה לשתיה עלולה ליצור גירוי בעור ולגרום נזק. אני לא ממליץ להשתמש בחומר שאין לו כמות מדודה והוראות שימוש ברורות".

הוא נפוץ, אבל הוא שכיח גם בחברות שלא נוהגות להשתמש בדאודורנט, כמו אוכלוסיית העולם השלישי. אין שום עדות שהדאודורנט מעלה את הסיכון, ואני אפילו ממליץ להשתמש בו, בייחוד כשגרים במזרח־תיכון".

על מה כדאי לשים דגש כשבוחרים דאודורנט? "אני ממליץ להשתמש בדאודורנט אנטי פרספירנט שהוא גם היפואלרגני וגם נבדק דרמטולוגית, וכן שאינו מכיל אלכוהול, היות שאלכוהול עלול לעורר רגישות", ממליץ רפי פרחי. האתם עמשה מוסיף: "הצרכנית צריכה להבין שדאודורנט זה לא בושם וחשוב שהיא תדע מה היא מורחת על עצמה. אני לא ממליץ להשתמש בתכשירים שמכילים אלומיניום, היות שהאלומיניום חוסם את מעבר הזיעה החוצה ולכן עלול לגרום נפיחויות ורגישויות בבית השחי. כדאי להשתמש בתכשיר שמווסת את ההפרשה ולא מונע אותה לחלוטין. אלכוהול ומרכיבי כישום עלולים גם הם לגרום רגישויות, היות שמדובר באזור מאוד עדין. אני ממליץ להשתמש בתכשירי אנטי פרספירנט טבעיים שאין בהם אלומיניום, אלכוהול, דטרגנטים (סבונים) כימיים וריחות כימיים. זו קטגוריה שצומחת בעיקר בחו"ל, אבל אפשר למצוא תכשירים כאלה גם בארץ".

איך בוטוקס מסייע למניעת הזעה?
"הורקה של בוטוליניום טוקסין באזור של בלוטות הזיעה מונעת העברה עצבית אליהן, כך שהן מפסיקות לייצר זיעה", מסביר ד"ר קורן. "התוצאה מתקבלת במלואה כשבועיים אחרי ההזרקה, וההשפעה של הטיפול נמשכת עד תשעה חודשים. בחלק מהמקרים הטיפול מפחית משמעותית את ההזעה ובחלקם מונע אותה לגמרי – תלוי במצב ההתחלתי של המטופלים ובגורמים נוספים שקשה לנבא אותם. עלות ממוצעת של טיפול כזה נעה בין 3,500–4,000 שקל". ■



למטיילת ההרפתקנית:	לטבעית:	לזאת שאוהבת למרוח:	לחובבת הבשמים:	לספורטבית: לפאשניסטה:
חלבילין, דאודורנט קרם המבטיח יעילות עד 7 ימים, 50 שקל, חלבין	דאודורנט טבעי בניחוח לבנדר וילנג, ילנג, 25 שקל, מיכל סבון טבעי	דאודורנט אנטי פרספירנט בקרם, 85 שקל, קיל'ס	דאודורנט בתרסיס בניחוח של בושם מוכר, 9.90 שקל, סקארה	Mineral, Adipower, דאודורנט אנטי פרספירנט בתרסיס שמבטיח לא להשאיר כתמים על הבגדים, 16 שקל, גרנייה

צילום: דוד גונן, קית גלסמן, אלון גנון, Shutterstock/ASAP Creative

איפה משיגים? ביוטיקיר, סקארה, קיל'ס, איב רושה - רשתות ברחבי הארץ. אקס, גרנייה, אדיס - ברשתות השיווק והפארם. וישי, ברשתות הפארם ובבתי המרקחת.

יובנה, ברשת סופר־פארם. חלאבין, ברשתות הפארם וברשת המשביר לצרכן. מיכל סבון טבעי, באתר il.sabonmichal