



キムラの四季～秋桜～

2019年秋 第29号

日に日に秋の気配を感じる、今日この頃。
美味しい食べ物も、収穫の時期を迎えています♥皆様、食べ過ぎにはご用心を…
今回は、「におい」について考えます。



「におい」のメカニズム

におい(匂い・臭い)とは??

空気中を漂ってきて、嗅覚を刺激するもの【広辞苑 より】

現代では、良いにおいを「匂い」
悪臭を、「臭い」と分けて書く方が多いようです。

近年の研究により「におい」の感覚は、^{ダイノウ ヘンエンケイ}大脳辺縁系に直接届いていることが明らかになっています。
ここは「情動系」とも呼ばれ、記憶を司る海馬(カイバ)や、感情を司る扁桃体(ヘントウタイ)があるため、
嗅覚に大きな影響を与えています。生来的にこの分野が発達している女性たちは、においと記憶
においと感情が結び付きやすく、においを嗅いだ時に、同時に関連する記憶まで呼び起こすのです。

また最近では《機能性アロマ》のように、眠りやストレスの軽減など、心身の健康維持にも役立つ技術
への応用も盛んに行われています。

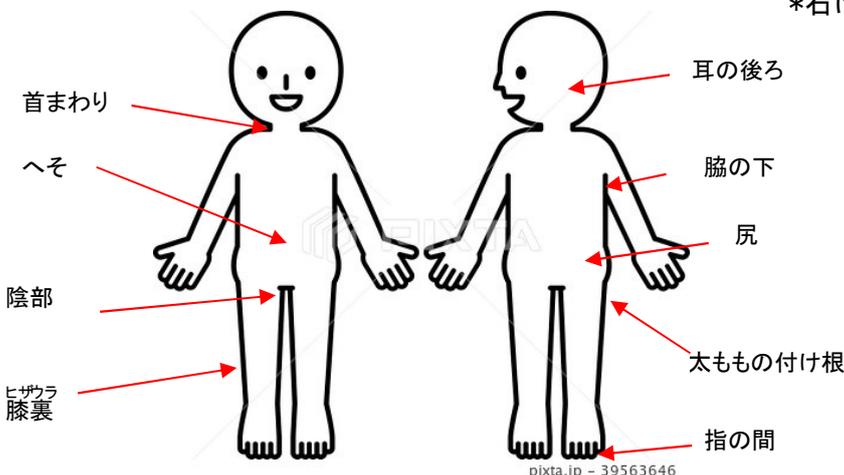
体臭について

過度に捉える必要はありませんが、エチケットの範囲で
加齢に伴う臭いと、オストメイト様方が気になる便臭に
ついて特に取り上げます。

いわゆる加齢臭は、^{ヒシセン}皮脂腺から分泌されるノネナールという臭い物質が増えるためです。
ノネナール自体はさほど不快ではありませんが、汗に含まれるアンモニアがそこに混ざると中高年独特
の体臭となります。言い換えると、ノネナールの発生を少なくし、汗の中のアンモニアが少なくなれば
加齢臭を軽減することになるのです。
予防策として、以下の事をオススメします！

①臭いの残りやすい部分を念入りに洗浄する。

*石けんをしっかり泡立て、優しく洗いましょう。



*ゴシゴシ擦りすぎは皮脂を奪いすぎる
のでご注意ください。

pixta.jp - 39563646

②口腔ケア(お口の中)

入れ歯を利用している方は、洗浄発泡剤を用いこまめなお手入れを！
また、唾液が少なくなると、雑菌が繁殖しやすくなり
口臭・虫歯・歯周病の原因となるので、
ドライマウス(口が乾く。ねばつく)にならないように心がけましょう。



③生活習慣病の改善

便秘がちになると、老廃物が体外に出ず、ドロドロ血液のもと！血管老化(動脈硬化)のリスクも高まります。
メタボや脂質異常症(生活習慣病)と表裏一体の関係です。
乳酸菌やポリフェノールなどの食品を積極的に摂取し、体内から腸内環境を整えましょう。

おすすめ食材

ゴマ
(セサミン)



緑茶や抹茶



ヨーグルト



味噌

緑黄色野菜



これらの食材は



悪玉菌

を減らし



善玉菌

を増やします!!

～参考までに～ オストメイト様向けの消臭剤です(一部)

デオール消臭除菌スプレー¥1980(税別)



ニオフ消臭スプレー¥1300(税別)



シャンピニオンゼリー¥3500(税別)

食べるタイプです。

CHAMPIGNON JELLY L
シャンピニオンゼリー「ニットー」エル

毎日あなたの
お腹とニオイ
爽やか!!

お通じのお悩み全て解決!!
乳酸菌 nanoECF 1粒2000億個配合

製品詳細につきましては、下記の弊社ホームページをご覧になるか、お電話にてお問合せ下さい。

ストーマショップ
有限会社 キムラ



TEL:096-334-0700 FAX:096-334-0710

○営業時間/AM:9:00~PM5:00

○定休日/土・日・祝祭日

〒860-0834 熊本市南区江越2-1-18

URL: www.u-kimura.jp ホームページが新しくなりました!