

自分の体臭を、客観的に確かめる方法。

あなたは、自分のにおいを、知っていますか。

自分では、自分のにおいがわかりません。

鼻は、においに慣れやすい性質があります。

人間の感覚器官の中で、鼻ほど順応しやすい器官はありません。

自分のにおいを確認しようとしても、自分では自分のにおいに慣れてしまっているため、わかりにくいのです。

たとえ他人のにおいはわかって、自分のにおいはよくわからない。

不快なにおいでも、慣れてしまうと、においすら感じられなくなるから不思議です。

いい方法があります。

タイミングは、お風呂上りです。

お風呂から上がった直後、自分が身につけていた洋服をにおってみればいいのです。

くんくんとにおってみます。

お風呂では体をきれいに洗いますし、浴室の水蒸気に含まれる水の分子によって、においの感覚がリセットされます。

リセットされた鼻で、自分が身につけていた洋服をにおうと、体臭がよくわかります。

どんなにおいがして、どれだけ体臭が強いのか、よくわかるのです。

特に、服の脇の部分に注目です。

脇の部分のにおいは、どのくらいですか。

脇からひどいにおいがするだけでなく、黄色く色がついているなら、わきがの可能性もあります。

においがあまりに強いなら、知らずのうちに、周囲の人を驚かせているかもしれません。

簡易的ではありますが、ある程度、客観的に確かめることができるのです。



体臭を改善させる対策 その2

お風呂上りに、自分が身につけていた服を、におってみる。