



Svettelukt

Hvorfor merker man ikke selv om man lukter svette?

Svar: Kroppens nervefibere reagerer på blant annet varme, kulde, berøring, bevegelse, lyd, lys, smaksstoffer og dufter. En viktig egenskap ved disse fibrene er at de først og fremst overvåker endringer. Hvis de kontinuerlig utsettes for en bestemt påvirkning, avtar nervefiberens reaksjon på stimuleringen. Når vi for eksempel bader i sjøen om sommeren synes vi gjerne at vannet er kaldt til å begynne med. Etter hvert vender hudnervene seg til de nye omgivelsene, og sender færre beskjeder til hjernen slik at badevannet føles akseptabelt. Hvis nervefibrene ikke var i stand til å godta nye situasjoner, ville de generere så mye "støy" i nervesystemet at man etter hvert ble ute av stand til å oppdage ny og viktig informasjon. Temperaturklokker, varsel om lyd eller lys og så videre ville kime kontinuerlig og gjøre oss totalt forvirret.

Det samme gjelder de av våre kroppslukter som vi kontinuerlig omgis av, deriblant lukten av svette og ånden fra munnen. Disse luktene legger vi derfor ikke merke til. Av den grunn er vi ofte engstelige for de skal være ubehagelige for andre. Sørger vi for god tannhygiene med børste og tanntråd, dusjer daglig og benytter rene klær, trenger vi som regel ikke å bekymre oss. Hvis man føler seg usikker, kan det lønne seg å spørre en i familien eller en god venn om deres oppriktige mening.