



「おなら」がくさいのはどうして

おなかの中なかにいるバクテリアげんいんが原因

おならがくさいのは、おなかの中なかにいるバクテリアげんいんという、小さな生き物ちい い ものが原因げんいんです。

このバクテリアは、人間にんげんが食べた物た ものの、残りかすのこをえさいにして生きています。バクテリアは、酵素こうそという薬くすりのような物つかを使って、食べた物た ものの残りかすのこを消化しょうかしますが、そのとき、メルカプタンりゅうかすいそと硫化水素だという、くさいにおいだを出すガスはっせいが発生はっせいします。

おならの成分せいぶんの80パーセント以上いじょうは、わたしたちが、食べ物た ものといっしょに飲みこんだ空気くうきですが、その空気くうきが、メルカプタンりゅうかすいそと硫化水素だという、くさいガスまと混じるため、体からだの外そとへ出たおならはくさいのです。

くさいおならと、くさくないおなら

おならのにおいは、食べた物た ものによって変わかります。

肉にくやソーセージ、ハム、牛乳ぎゅうにゅうやチーズなどを食べたときたには、大腸だいちょうの中なかでくさいガスだが出るので、小さいけれど、くさいおならだが出ます。

ニンジンやキャベツ、サツマイモやゴボウなどの、野菜やさいを食べたときたには、野菜やさいの繊維せんいを消化しょうかするのに、腸ちようがいっしょうけんめいにはたらくため、ガスあおが多く出ます。

大きいおならは出あますが、においはそれほどでもありません。

サイダーなどの炭酸飲料たんさんいんりようをのんだときのおならも、あまりくさくありません。

(監修・保志 宏)

