

Slip for koker i PIGMENTERNE

Er du også plettet i ansigtet efter hver solskinsferie? Kuren mod pigmentpletter handler om forebyggelse nu (som i lige NU med solen højt hævet over os), behandling senere og stædig vedholdenhed altid. Men så kan du også beholde din pæne, ensartede hud – eller få den igen.

Der er en grund til, at pigmentpletter kaldes vor tids rynker, for de stjæler lys fra huden og får den til at se mat, ujævn og ja ... næsten støvet ud.

Du vil møde dem, der siger, det er et efterårs- og vinterprojekt at behandle pigmentpletter – og til den melding er der både et ja og et nej, for det er langt fra en god idé at læne sig tilbage på strandhåndklædet og glemme alt om dem. Bare fordi det er sommer. I hvert fald ikke uden gavmilde mængder af høj solbeskyttelsesfaktor og skygge, som er alfa og omega i kampen mod leopardpletter og kakaooverskæg – ikke kun nu, men året rundt.

Derefter er det vigtigt at kende årsagen til pigmentskaderne for at kunne sætte ind. Typiske syndere er heftig solbadning, hormoner eller medicin. Og skyldes pletterne f.eks. p-piller, kan du smøre herfra og til juleaften uden resultat, hvis den hormonelle påvirkning fortsat er der.

Sensommeren og frem til foråret er den ideelle tid til vedholdende og tålmodig behandling. Enten derhjemme med aktive ingredienser eller hos en professionel behandler på en klinik, hvor AHA-frugtsyrer, A-vitamin og IPL har papirerne i orden, når det gælder evnerne som pletfjerner og til at få huden ensartet igen.

MILDT LASERSKYTS FRA IPL

IPL er en mild form for laserbehandling, der lysner huden og gør både pigmentpletter, synlige blodkar og porer mindre. Behandlingen føles som elastikker, der rammer huden, og typisk vil cirka 30 blitzskud tage 15-20 minutter, hvorefter en kølende gel i ansigtet gør godt. Forvent en anelse rødme og hævelse i cirka 24 timer. Hos Cutanea i Aarhus er behandlingen ikke ubehagelig, for efter hvert skud er maskinen indstillet, så det føles som en kold isterning, der bliver lagt på huden. Forvent mellem to og fire behandlinger for at komme pletterne til livs. Og husk, at resultatet er betinget af, at du holder dig helt ude af solen.

Priser fra 2.500 kr. Se mere på Cutanea.dk og Nage.dk.

DERMAROLLER OG AHA-SYRER

Hos kosmetolog Anita Falslund bliver pigmentpletter behandlet med dermaroller og AHA-syrer. Dermarollerens 0,2 mm brede nåle laver bittesmå kanaler i huden, som stimuleres til at forny sig, samtidig med at de aktive ingredienser får større spillerum til hurtigere at gøre gavn. Derefter smøres huden med lysnende A-vitamin, og behandlingen afsluttes med en fugtmættende hyaluronsyremaske. Derhjemme gentager du behandlingen to gange om ugen fulgt op af en klinikbehandling en gang om måneden med en 15 procent peelede AHA-syre.

Forløbet koster fra 2.500 kr. inkl. dermaroller. Se mere på AnitaFalslund.dk, ligesom også Complete-me.dk, Hellethorup.dk og Mariannebisgaard.dk kører intensive forløb.

HUDPLEJEINGREDIENSER, DER VIRKER

- **SPF** Solbeskyttelse er et absolut must. Få timer i solen kan virke som fremkaldervæske på gamle pigmentpletter.
- **B3-vitamin** Hudplejeprodukter med mindst to procent niacinamid (B3-vitamin) eller 10 procent C-vitamin kan mindske og bekæmpe pigmentpletter.
- **A-vitamin** vil altid få huden til at producere friske (lyse) celler.
- **Receptpligtig A-vitaminsyrecreme og lægemidlet hydrochinon** blegger pigmentpletter, men kan virke stærkt lokalirriterende og gøre huden ekstra lysfølsom.
- **Frugtsyrer** som især mælke- og glykolsyre kan lysne pigmentpletter. Vær opmærksom på, at din hud er ekstra lysfølsom i selskab med frugtsyrer.

PS! Brug de aktive ingredienser i et serum, der skal under ansigtscremen, og afslut med SPF. ♦♦♦

1. Hudforyvende peeling-'pads' med AHA-frugtsyrer, 'Sublime Skin Peel Pads', 14 stk., Comfort Zone, 325 kr.
2. Ansigtscreme med A-vitamin – som en del af et trinvis system, hvor huden gradvis tilvænes, 'Avst!', 50 ml, Environ, 445 kr.
3. Fugtmættende ansigtsmist med lysnende C-vitamin, 'Essential-C Toner', Murad, 200 ml, 269 kr.
4. Pelede natmaske med mælke- og glykolsyre, 'Wake Wonderful Night-Time Facial', 50 ml, Ren, 495 kr.
5. Lysnende og pelede ansigtsserum til natten, 'Nightly Refining Micro-Peel Concentrate', 30 ml, Kiehl's, 395 kr.
6. Solbeskyttende ansigtscreme med SPF 30, 'Sun Face Cream SPF 30', 50 ml, Rudolph Care, 245 kr.
7. Farvedjævrende behandlingscreme med C-vitamin, 'Essential-C Daily Renewal Complex', 30 ml, Murad, 925 kr.



Tekst: Anette Kristine Poulsen, BeautySpace.dk Foto: Martin Tanggaard Styling: Anne P.