

## RUL DIG RYNKEFRI FORNY DIN HUD MED NÅLE



AF SILKE GRANE OG AOP. FOTO: PR OG MARTIN TANEGAARD



*Det gør ikke helt så ondt, som det lyder, men vidste du, at du kan få en mere glat og spændstig hud ved at lave mikroskopiske huller i den? Det er selvfølgelig ikke bare almindelige nåle, du stikker i huden, men en helt særlig type, der enten sidder på en rulle eller indgår i en behandling, du kan få af en sygeplejerske på en klinik. Men resultatet er både synligt og effektivt*



### HVAD ER MICRONEEDLING?

Det er en hudopstrammende behandling, som skal forbedre hudens elasticitet og tykkelse. Samtidig bliver store porer, ar, rynker og fine linjer reduceret. Derudover lovedes der også god effekt på strækmærker og pigmentpletter. Der er flere betegnelser og navne for denne type behandling, der kan kaldes alt fra microneedling, mesoterapi og Dermapen-behandling til dermarolling.

### HVORDAN FOREGÅR BEHANDLINGEN?

Der er to typer behandlinger: en rulle med nåle (dermarulle) til hjemmebrug og den lidt mere avancerede og dybdegående behandling, som udføres på skønhedsklinikker rundt omkring i landet. Selve behandlingen udføres med enten en lille pen, en rulle eller en maskine med ultratynde nåle, der laver mikroskopiske huller i huden. I nogle tilfælde bruges der nåle, som er 0,5-1 mm lange. Rullen med nålene rulles hen over huden i et særligt, nærmest stjerneformet mønster i de områder, du ønsker behandlet.

### HVAD GØR BEHANDLINGEN FOR HUDEN?

Når alle små huller, som nålene laver, skal hele, trækker huden sig sammen og begynder at reparere sig selv. Det vil sige, i det øjeblik, der stikkes en nål i huden, aktiveres huden til at lave en naturlig opstramning og fornyelse af sin overflade. Effekten ses gradvist, og efter seks til ti uger er huden som regel blevet fastere, rynkerne mindre synlige og porerne finere, og hudens generelle tilstand synes bedre.

### GØR DET ONDT?

En smule – der, hvor huden er tyndest, kan det nive lidt, men bedøvelsescreme sørger for, at behandlingen stort set kun opleves som et svagt ubehag. Efterfølgende påføres et fugtgivende

serum med vitaminer, som kan trænge langt dybere ned i huden, nu den har mikroskopiske huller. Efter behandlingen vil huden se rød ud og føles stram, lidt ligesom efter en solskoldning. Rødmens fortager sig i løbet af et par timer, og huden ser igen helt normal ud dagen efter. Får du foretaget behandlingen på en klinik, kan rødmen vare til dagen efter, da disse behandlinger går lidt dybere ned i huden.

### HVOR OFTE ANBEFALES DENNE BEHANDLING?

Du får det bedste resultat med en kur på seks behandlinger – en gang om ugen i seks uger. Denne fungerer bedst, hvis du bruger en rulle. Med den mere skrappe (og mest effektive) variant på en klinik anbefales som udgangspunkt to til tre behandlinger med nogle uger imellem hver behandling. Sidstnævnte behandling skal udføres af en sygeplejerske på en skønhedsklinik, så du ikke laver skader i huden. Rullen er bedre egnet til hjemmebrug, men det er stadigvæk en god idé at få en grundig introduktion til, hvordan du bruger den.

### PAS PÅ!

Der er meget forskel på kvaliteten på de ruller, du kan købe til hjemmebehandling. Der findes mange kopier på markedet, men vil du købe din egen dermarulle til hjemmebrug på nettet, er Swiss Skin Roller fra swissclinic.dk (420 kr.) et godt køb. Disse ruller har meget tynde og korte nåle, som perforerer huden uden at lave skader.

En mere dybdegående microneedling-behandling på klinik udføres altid af en kosmetisk sygeplejerske eller specialuddannet hudterapeut. Fx findes der en mesoterapi-behandling hos klinik N'age, som ved hjælp af en maskine med nåle og elektrolyse skyder et serum med vitaminer direkte ned i huden. Denne behandling kan fås i forbindelse med en ansigtsbehandling og koster 700 kr.