

# NÅR DER VOKSER HÅR I ANSIGTET

Mænd har skæg, og kvinder glatte kinder. Eller hvad? I virkeligheden har en del af os kvinder faktisk kraftig hårvækst i ansigtet. **Bliv klogere på, hvorfor hårene vokser ud, og hvordan du kommer af med dem.**

**E**r kraftig hårvækst i ansigtet et problem for kvinder? Ja, for mange er det! Men de fleste holder det for sig selv, fordi de synes, det er pinligt, maskulint og ser usoigneret ud. Så der skræbes løs for at fjerne hårene, og ofte følger irriteret hud med i købet. Men der er ikke noget at være flov over. Lad os få ansigtshårene frem i lyset, så vi kan blive klogere på, hvorfor vi får dem, og hvordan vi skånsomt fjerner dem. Hvis vi vil det.

Der findes ingen skarp grænse mellem normal og unormal behåring hos kvinder. Alligevel har man en term, der dækker kraftig hårvækst hos kvinder. Når hårene udvikler sig til stride børster, og når de begynder at gro

frem andre steder end ved underliv og armhuler, så kalder man det hirsutisme. I ansigtet optræder hirsutisme på kinder, overlæbe og hage.

## Når hormonerne svinger

Selvom få taler om hår i ansigtet, så er hirsutisme langt fra en sjældenhed.

“Det skønnes, at 5 til 10 pct. af danske kvinder i den fertile alder lider af for kraftig hårvækst,” siger Ida Bille Brahe, kosmetisk sygeplejerske og stifter af speciallægeklinikken N'Age.

Ofte kan man ikke finde årsagen til den øgede hårvækst. Men for manges vedkommende skyldes behåringen det mandlige kønshormon testosteron. Alle kvinder producerer en lille mængde testosteron, men forøges te-

stosteronproduktionen, kan det resultere i kraftigere hårvækst i ansigtet.

Graviditet giver et sådant udsving i testosteronniveauet. En del kvinder oplever derfor, at det ikke kun er mave og bryster, der vokser, når de venter barn. Det gør hårene i ansigtet også. Efter fødslen forsvinder den øgede hårvækst typisk igen.

Også omkring overgangsalderen rykkes der ved hormonbalancen. Vi begynder at producere mindre af det kvindelige kønshormon østrogen, og dermed kommer det mandlige kønshormon til at spille en større rolle. Ændringen i blandingsforholdet kan give færre hår på hovedet og flere i ansigtet.

“Vi kan også få det, som nogle kalder heksehår. Altså stride hår, der bliver ved med at vokse ud samme sted,” siger Ida Bille Brahe.

## 5, DER FJERNER HÅRENE

### 1 Laserlys

IPL-behandlinger kan fjerne hår permanent. Laserlys varmer hårsækken op, så den ødelægges og hårstrået dør.

### 2 Creme

Hårfjerningscremer indeholder kemikalier, der gør hårene så svage, at de knækker, når cremen tørres af. Der kan opstå hudirritation.

### 3 Epilering

En elektrisk epilator trækker hvert hårstrå op ved roden. Det kan gøre lidt ondt, især de første gange. Resultatet holder i op til fire uger.

### 4 Voks

Brug voksstrimler, der er beregnet til ansigtet. Påfør en strimmel, som så trækkes af modsat hårets vækstretning. Holder i ca. fire uger.

### 5 Tråd

I threading-metoden føres en tynd bomuldstråd med saksebevægelser – og fingersniide – hen over huden, så hårene trækkes ud ved roden.

## SNYD HÅRENE USYNLIGE

Vil du være fri for hårfjerning og udvoksede stubbe, så prøv i stedet med en blegecreme. Det er effektivt til især mørke hår på overlæben. Processen er ganske enkel. Du smører blegecremen på det område, hvor du gerne vil camouflere hårene. Venter 10-15 minutter, og så er de mørke skygger af hår blevet lyse og mindre tydelige.

Der findes hårfjerningsmetoder til enhver pengepung. Laserbehandling hører til i den dyrere ende.



Men selvom der er perioder i livet, hvor det er naturligt at få kraftigere hår i ansigtet, så skal vi altid være opmærksomme, hvis det sker. Det kan nemlig også skyldes PCO – en lidelse, der skaber forandringer i æggestokkene og forstyrrer hormonbalancen. Oplever du forøget hårvækst på usædvanlige steder, bør du derfor søge læge for at få udelukket sygdom.

### Undgå barbering

For mænd er det ingen videnskab at slippe af med ansigtshårene. Bare frem med skraberen eller barbermaskinen, og så er den klar. Det er fristende at bruge herrernes enkle og hurtige hårfjerningsmetode. For kvinder er barbering bare ikke den bedste idé.

"Jeg vil altid fraråde, at kvinder fjerner ansigtshår ved barbering, da hårstråene kan blive stride, når de gror

ud igen, og huden let bliver beskadiget," siger Nana Rytter Nielsen, stifter af hudplejemærket ShaveSafe.

Hvis du alligevel gør det, bør du bruge et antibakterielt middel før og efter barberingen. Sandsynligheden for infektion er nemlig ret stor.

Derfor er det en bedre idé at finde andre metoder til at slippe for ansigtshårene. Heldigvis er der flere skånsomme muligheder. I den midlertidige ende ligger fx voksstrimler til ansigtet. Og ønsker du hårene fjernet for altid, er laserbehandling et bud. De udføres på en klinik og kan være en bekostelig affære.

"Du skal regne med 6 til 12 behandlinger for at få en permanent effekt. Har du PCO, vil du dog typisk fortsætte med at danne hår, og derfor bliver du nødt til at få opfølgende behandlinger," siger Ida Bille Brahe.

## Skån og fjern



Strips til ansigtet fra Hevi, 100 stk., 12 kr. Body Sugaring fra Hevi, 600 g, 300 kr.

Små strips, der passer perfekt på fx overlæben eller ved øjenbryn. Gennemvædes i voksen, klæbes fast på huden og trækkes af i ét ryk.



Hårfjerning til ansigtet fra Hanne Bang, 25 ml, 76 kr.

Cremeren opløser hurtigt og effektivt hårene lige under hudoverfladen. Pakken indeholder også en beroligende efterbehandlingsgel. Resultatet holder i 1-2 uger.



Shaving Gel Woman fra ShaveSafe, 100 ml, 129 kr.

Denne gel bruges inden barbering. Den indeholder antibakterielle og desinficerende stoffer, som kommer knopper, kløe og indgroede hår i forkøbet.

