

Alternatieven facelift

- **Peeling op basis van een kruidenmengsel (algen, mineralen, enzymen en vitaminen)**

Na vijf dagen een sterk verbeterde huid. Eerste dag wordt kruidenmengsel ingemasseed waardoor een zachte peeling op de bovenste huidlaag ontstaat. De huid krijgt een stevige doorbloeding en daardoor verbetert de stofwisseling en zuurstofvoorziening van de cellen. Enkele dagen (hooguit vier) later vervelt de huid. De eerste dagen kan de huid een beetje rood zijn. Dit soort peelings zou je twee keer per jaar kunnen doen voor een goed resultaat. Per behandeling (inclusief nazorg) kost dit een kleine 160 euro. Deze peeling is al een halve eeuw een succes en ontwikkeld door de Duitse dr. Christine Schrammek.

- **Lasertherapie**

Je verwarmt de huid dmv laser waardoor je de vezels collageen en elastine, die door de jaren heen verslappen, opwarmt. Door die opwarming krimpen de vezels en voelt de huid weer strak aan. Het grote voordeel van laser is dat je niet vervelt. Bij een diepe peeling heeft je huid vier dagen nodig om te herstellen, bij laser geen. Maar het is dan ook een stuk duurder: 450 euro per behandeling. Je hebt ongeveer 2 behandelingen nodig, daar zit iedere keer 1 maand tussen. Het resultaat wordt geleidelijk zichtbaar.

- **Zuurstoftherapie**

Met een apparaat wordt 95 procent zuivere zuurstof onder hoge druk op je huid gespoten. In die zuurstof zit hyaluronzuur (vochtinbrengend), iets wat onze huid van nature bevat, maar naarmate we ouder worden verdampst dit zuur waardoor de allereerste lijntjes zichtbaar worden. Door de zuurstoftherapie komt er meer hyaluronzuur in de huid en dat geeft een liftend en glad effect. Kuur van 6 behandelingen kost 750 euro inclusief producten.

- **Peelingen op basis van fruitzuren**

Enkele voorbeelden zijn glycolzuur, appelzuur en citroenzuur (allemaal plantaardige fruitzuren) maar ook melkzuur. Glycolzuur wordt het meest gebruikt. Door het afschaven (peelen) worden dode huidcellen afgestoten. De huid wordt zo dunner. De bovenste laag van de opperhuid wordt compacter, rimpels en littekens verminderen. De huid ziet er gezonder, gladder en steviger uit. Dit is een kuur van 3 tot 6 behandelingen. Kosten: vanaf 35 euro per behandeling.

- **Hydralift**

Door middel van stroominbreng wordt de huid strakker getrokken. Je moet het zien als een soort fitnesskuur voor je huid. Het werkt eigenlijk hetzelfde als bijvoorbeeld buikspieroefeningen, door het herhalen wordt de boel steviger. Zo ook je gezichtshuid. Deze behandeling moet je vanaf, pakweg je veertigste, blijven doen. Aan te raden is: een keer per zes weken. Kosten: 82 euro.

voor behandeling



na behandeling



Gezichtsgymnastiek

Rimpels tegengaan of voorkomen zonder dat het je geld kost? Ja, dat kan. Met gezichtsgymnastiek. Maar dat moet je wel iedere dag vijf minuten doen. Bij gezichtsgymnastiek gaat het om het trainen van diverse spiergroepjes in ons gezicht. Het spiervolume wordt verhoogd zonder ze uit te rekken. Door de oefeningen worden ze korter en dikker en vullen ze de huid weer op.

Hoe werkt deze gym?

Je brengt je tong naar het puntje van je neus en duwt de onderkaak meer naar voren. Je blijft dit herhalen.

Resultaat:

verstevenen kaakcontour en voorkomen verslapping onderkin. Oogleden proberen te sluiten. Spieren trainen om je oogleden te sluiten. Verstevenen van je oogkringspier.

Weg met die rimpels

Niemand blijft eeuwig achttien. Maar het is wel mogelijk mooi ouder te worden. „Daar kunnen wij behoorlijk bij helpen. Zonder dat er een plastic chirurg aan te pas komt.“ Zegt huidtherapeute Linda Nieuwenhuijs uit Sittard. Haar specialisatie is: het voorkomen van huidveroudering en het verbeteren van de huid.

Hoe ontstaat een rimpel eigenlijk?

„De verouderings- oftewel droogterimpel ontstaat door vochtverlies. Dat begint al op je 25e. Rimpelvorming komt ook door je mimiek, veroorzaakt door bijvoorbeeld veel lachen, fronsen, praten, kussen, roken etc. En dan hebben we nog de verslappingsrimpel. Die ontstaat meestal tussen je 45e en je 55e en vooral tijdens de overgang door verlies aan collageenvezels en elastine: de stoffen die je huid verstevigen.“

Valt hier tegen op te boksen?

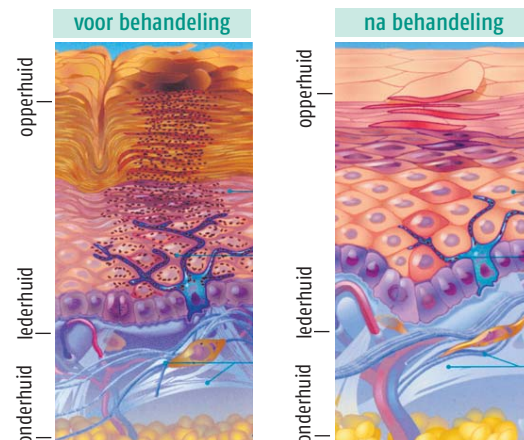
„Diepe plooiën kunnen wij huidtherapeuten, en ook schoonheidsspecialisten, niet weghalen. Dan heb ik het dus over de verslappingsrimpel en de plooiën die ontstaan door onze mimiek. Onze huid bestaat uit drie lagen: de opperhuid; de lederhuid en het onderhuidsbindingweefsel. Wij huidtherapeuten kunnen werken in de opperhuid. Niet dieper. De verslappings- of mimische rimpels zitten daaronder. Daar kunnen wij niet bij. Wil je die helemaal weghebben dan moet je plastic chirurgie doen of botoxen. We kunnen ze wel vervagen door die opperhuid heel stevig te maken.“

Wat kunnen jullie huidtherapeuten dan wel aan huidveroudering doen?

„Best veel. Verouderingsrimpels kunnen we zo'n beetje helemaal tegengaan. Dat zijn rimpels in de opperhuid. Ze ontstaan door een vochttekort. Met goede behandelingen en de juiste crèmes kom je een heel eind.“

Vertel eens?

„Nou, allereerst raad ik mensen altijd aan om te peelen. Het is nooit te laat hiermee te beginnen. Diverse bekende artsen - onder meer dr. Schrammek en dr. Obagi - hebben zelf een peeling ontwikkeld om de huid jonger te maken. Peelen of scrubben is een belangrijke stap in de huidverjonging. Je haalt de zogenoemde vrije radicalen weg. Dat zijn stoffen die dagelijks op je huid komen door onder andere de luchtverontreiniging. Door het zachtjes afschuren van je opperhuid verdwijnen de dode huidcellen uit die bovenste laag. Peelen stimuleert ook de aanmaak van nieuwe huidcellen. Het maakt je huid mooi glad. Als je daarna een crème met de juiste werkstoffen gebruikt kan dit beter doordringen tot de twee diepere lagen



waardoor je huid steviger blijft of wordt. En daarmee verdwijnen of vervagen die verouderingsrimpels.“

Iedere dag scrubben? Is dat niet gruwelijk veel werk? En duur?

„Het vergt echt niet veel tijd. 's Ochtends tijdens het douchen kun je het doen. Het hoeft ook niet iedere dag, een keer per week zet ook al zoden aan de dijk. Duur hoeft het helemaal niet te zijn. Ik zeg wel eens gekschierend tegen mensen: pak een handvol zand en wrijf dit over je gezicht. Dat is ook peelen. Hoe dan ook. Als je een vrij normale huid hebt kun je je scrub- of peelingcrèmes gewoon bij het Kruidvat halen. Hierin hoeven geen werkzame stoffen te zitten. In tegenstelling tot de dag- en nachtcrèmes.“

Wat kunnen we niet zelf?

„Diepe peelings zoals de Aziatische kan een leek niet doen want je moet weten hoe diep je kunt peelen om het gewenste resultaat te bereiken. Dat moeten gekwalificeerde mensen doen. Met zo'n Aziatische peeling van fruitzuren kun je bij de onderste van de vijf lagen van de opperhuid komen. Daar worden de nieuwe huidcellen gemaakt. Die aanmaak kun je met zo'n peeling stimuleren.“

Zijn er nog meer behandelingen tegen verouderingsrimpels?

„Ja er is heel veel op de markt. Lasertherapie is tegenwoordig ook heel hot. Maar dat is een stuk duurder. Veel gevraagd is ook de zuurstoftherapie. Dit zijn allemaal behandelingen die specialisten moeten doen. Veel kun je zelf. Gezond leven is heel belangrijk. Dus niet roken, matig alcoholgebruik en voldoende lichaamsbeweging. Dagelijks gezichtsgymnastiek voorkomt ook rimpels. Behalve een sterke discipline kost je dat niets.“

voor behandeling



na behandeling

