



Blikfang

Øjnene afslører alt. Det gælder også øjenomgivelserne. Med hud, der kan gå i sort, folde eller kreppe sig sammen. At få sig en opstrammer netop dér, hvor træthed og tidens tand først spottes, kræver overvejelse. Blå briller, bogindkøb og behård disciplin kan også gøre det

AF ANETTE KRISTINE
POULSEN

»Godmorgen, hvor ser du godt ud,« burde vi sige til os selv, når dagens første øjenkontakt fra spejlet rammer. Men måske hører bemærkningen ikke til blandt de umiddelbare. Eller de sande.

For øjnene afslører nemlig mere, end de fleste bryder sig om. Lige fra følelsesmæssige rutsjeture, til om vi er nærværende eller ej. Og som om det ikke er nok, følger huden omkring øjnene trop som sladre-hank. Kost under lavmålet, mangel på søvn og en forkærlighed for vilde fester og solbadning hører til blandt de unoder, der står i kø for at vise sig i foldelinjer, indkøbstunge poser og mørke rande ved øjnene. »Netop huden omkring øjnene er ikke bare sart, men også

papirtynd,« forklarer Dr. Leslie Baumann, professor i dermatologi ved University of Miami om årsagen til, at tegn på aldring og dårlig levevis her afslører sig længe før andre områder i ansigtet.

De fleste steder på kroppen er huden nemlig tykkere og langt mere modstandsdygtig.

Tidligt i gang

Leslie Baumann forklarer, at kvinder i USA betror sig til krukken med øjencreme længe før noget andet anti-ældningsmiddel. Altid i håbet om mirakler. Hun erkender dog, at der efterhånden kan gøres en del ved hjælp af de mange nye bud på opstrammende, opklarende og lindrende ingredienser kombineret med ny, hudvenlig teknologi.

»Det er ikke nødvendigvis alder, der piner folk, men mere ønsket om at se friske og overskudsagtige ud,« fortæller Leslie Baumann.

Netop det ønske giver traditionelle øjencremer barsk konkurrence. Der skal nye og anderledes øjenåbnere til. Som drænende detoxkapsler, sliplet-masker med her og nu-effekt, kølende blå briller og koncentrerede øjenserummer. For opløftende resultater er det også muligt at gå skridtet videre. »Ageless« kalder hudplejegruppen Dr. Brandt det i sin bog af samme titel. I Danmark er n'age-klinikkerne en sammen-trækning af ordene »no age«.

Det handler ikke om at skære i huden omkring øjnene, men om at hente hjælp i varmebehandlinger døbt Thermage, såkaldte »fillers«, og muskelafspændende løsninger, der sprøjtes ind i huden. Bedre kendt som Botox.

Hos n'age i Århus kombineres traditionelle velværebehandlinger med de noget skrappe muligheder.

»Og det kan godt gøre lidt ondt,« siger sygeplejeske Tina Hansen om nogle af metoderne. Her arbejder læger, sygeplejersker og hudterapeuter side om side.

»Vi oplever en stigende bevidsthed om, at vejen til det friske look går via øjenomgivelserne,« siger Tina Hansen og Efter-behandlings-konsultationer og sammenligning af før og nu billeder er en væsentlig del af pakken hos n'age. For grundlaget skal være faktisk, når effekt holdes op mod det lovede resultat.

Brug akupressur

Skræmmer kanylerne i jagten på friske øjenomgivelser, anbefaler Pernille Hoi akupressur, som er en form for massage, der fungerer godt sammen med en traditionel ansigtsbehandling.

Man kan også selv trykke med tommelfingeren eller en fingerspids på de i alt otte energipunkter, der findes rundt om øjnene.

Og mens den øvelse står på derhjemme foran spejlet, vil øjenkontakten med sig selv måske – med tiden – opfordre til et opløftende, anerkendende nik.

...Blikfang

Målrettet indsats

AF ANETTE KRISTINE POULSEN

Mørke rande

Årsag: Blodkar presses mod hudoverfladen, når området ved øjnene bliver irriteret. En tilstand, den amerikanske Dr. Andrew Weil kalder for inflammation – altså en slags betændelse i huden. Udefra vil det syne blåligt eller mørkelilla. Der kan også sive små mængder blod fra skadede blodkar under huden. Mørke rande er arvelige, men kan påvirkes af søvnmangel, rygning, stress, intens koncentration ved computerskærmen og solbadning.

Løsning: Drik mere vand, drop røg, sov mere og brug ødsle mængder af solbeskyttelse under øjnene lyder opskriften. Hold øje med K- og P-vitaminer, som styrker væggene på

de små blodkar og dermed nedsætter risikoen for brækage. Dr. Andrew Weil er ivrig fan af gærstrakt i øjenplejeprodukter, fordi gær angiveligt virker beroligende på huden.

Fine linjer

Årsag: Første stop for linjer og rynker er det sted i ansigtet, hvor der er mest muskelaktivitet. Det vil sige omkring øjnene, som ofte knibes sammen, og i panden når, vi koncentrerer os eller udviser bekymring. Desuden er vævet i huden omkring øjnene sart og nedbrydes og genopbygges konstant. Allerede i midten af 1920'erne bliver den proces langsommere. Og netop fordi huden her er tyndere, er den dårligere til at holde på fugt. Derudover hører sol, røg og stress til de velkendte rynkeskurke – også

når det gælder øjenomgivelserne.

Løsning: Det seje træk handler om at undgå røg, sol og at knibe øjnene sammen. Når hudens elastikker begynder at slappe for meget af, er det muligt bremse processen. Udfordringen handler om at få de rigtige mineraler og vitaminer, der kan klare opgaven. Videnskaben vender sig nu mod specialtilskud: Se efter målrettede produkter med indhold af beta-glucaner, som bl.a. findes i svampe. Også solsikke- og mandelekstrakt er anerkendt for at stimulere hudens kollagenproduktion. Cremer med retinol (A-vitamin) fremhæves af Dr. Leslie Baumann fra University of Miami, men resultaterne kræver måneders tålmodighed. Se mere på skintyresolutions.com.

Hævede øjne

Årsag: Hævelser omkring øjnene kan skyldes arvelige fedtophobninger i huden. Også irritation i huden vil nedsætte stofskiftet, som får fedtcellerne til at sænke farten og glemme deres almindelige livscyklus. De vælger i stedet at slå sig permanent ned, hvilket udefra ses som hævelser. Hvis den væskecirkulation, der sikrer de hvide blodlegemers transport rundt i kroppen, nedsættes, dukker hævelserne også op. Især fordi væskeoverskud ikke drænes, mens vi ligger ned.

Løsning: At få sat skub i lymfesystemet kræver dybe vejrtrækninger og motion. Især bevægelse øger ilt-optagelsen, og når den forbedres, bliver hævelserne

mindre. Agurk på øjnene er et sejlivet gammelt husråd med berettigelse. Revet agurk i en lomme af gazebind lagt på øjenomgivelser i 5-10 minutter vil tage de værste hævelser. Se også efter øjenprodukter med betændelseshæmmende ingredienser. Dr. Andrew Weil kalder på engelsk sine produkter for anti-inflammatory.

Kilder:

Dr. Paul Clayton fra Royal Society of Medicine
Dr. Leslie Baumann fra University of Miami Cosmetic Centre Origins Education Manager Nordic, Jan Largo

Hjælp til øjnene

»Hvem siger, man ikke kan få alt?«, spørger Modelco med produktet Erase Those Fine Lines. Øjenserum i 14 separate doser. 440 kr. (modelco.com)

»Hudpleje indefra,« kalder Talika sine Eye Detox kapsler. 225 kr. (hotbeautystuff.dk)

»Fading action,« siger Benefit om Eyecon-cremen, der er målrettet til at tage livet af mørke rande. 28 dollar. (benefitcosmetics.com)

Ageless er titlen på Dr. Frederik Brandts guide til flot hud. 15 dollar. (amazon.com)

»Økologi skal være lækkert,« mener Caroline Wachsmuth, som er kvinden bag Doux Mes økologiske bud på fugt til øjenomgivelserne. 389 kr. (douxme.com)

Så kaldte »Eye Patches« fås i et utal af varianter. Fællesnævneren for dem er, at de bader øjenområdet i fugt. Det får automatisk huden til at løfte sig en lillebitte smule – og altså se friskere ud. Metoden er kli-

niske, engangsdoserede brug og smid ud-emballager: Dior Capture Totale Multi-Perfection Eyezone Fiber Patch (740 kr.), Clinique Moisture Surge Refreshing Eye Mask (265 kr.), Kenzoki Bright Eyes Supplies The Mask (345 kr.), Carita Intense smooth out patch for eyes (350 kr.)

»Laser-hurtige resultater,« siger Lancôme om High Résolution Yeux Collar laser-48TM serum. Målet er at stimulere hudens produktion af kollagen. 425 kr. (lancome.dk)

»Farvel til hævelser og fine linjer« lover Sisley om øjenmasken døbt Eye Contour Mask, der kræver 10 minutters virketid med lukkede øjne og benene oppe. 620 kr. (sisley-cosmetics.dk)

I anledning af julen har Blue Lagoon lavet en double-up opstrammer til øjnene: Relaxing Eye Mask (de blå briller) og Anti-aging Eye Cream. 495 kr. (bluelagoon.com)

