



Lag på lag på lag af fugt er hemmeligheden bag koreansk skønhedspleje. PR-foto



Serum med boost-effekt af frisk og koncentreret C-vitamin fra philosophy, 590 kr.



Essence med fugtmættende alger, glycerin og udglattende peptider (protein) fra Chanel, 2780 kr.



Ampuller med smidiggørende niacinamid (B3 vitamin), fugtmættende hyaluron og lysnende mælkesyre kulturer fra Dr. LaPrin, 495 kr.



Essence med fugtmættende glycerin, aloe og den rødmereducerende azelaic syre fra Benton, 395 kr.



Forfriskende engangsmaske (sheet mask) med bl.a. anti-oxidanter og fugtmættende hyaluronsyre fra Mizon, 45 kr.



Foundation og concealer i ét med skumapplicator fra Clinique gør det virkelig fint, når der er brug for lidt ekstra hjælp (og det er den, deres sydkoreanske makeupartist bruger), 265 kr.

De ti hudpleje trin

Ifølg den koreanske skønhedsspecialist **Alica Yoon** fra k-beauty sitet peachandlily.com, så er de 10-step blev et marketingbegreb, som kan bøjes lidt – ikke mindst afhængig af tidspunkt på døgnet.

- 1. Olierens** (fjerner makeup)
- 2. Skumrens** (fjerner sved og snavs)
- 3. Eksfoliering** (ikke nødvendigvis dagligt)
- 4. Toner** (blødgør huden og sikrer god pH-balance)
- 5. Essence** (et fugttag, der kan bruges inden creme eller serum)
- 6. Serum** (ofte flere slags afhængig af antal udfordringer)
- 7. Sheet maske** (kan bruges som erstatning for essence)
- 8. Øjencreme**
- 9. Sovemaske** (hvis det er nat)
- 10. Dagcreme med SPF** (hvis det er dag)

Aaaaaa-Oooooo-Eeeeeee

Sig det højt: a-o-e.

Det var første skridt på vejen til smukkere hud, skal man tro skønhedsinvasionen fra Sydkorea, hvor det både handler om ti trins-renseritualer og at sige vokaler

Af Anette Kristine Poulsen PR-foto

Der er hype, og så er der begavet hype. Skønhedsbølgen fra Sydkorea – ofte bare forkortet k-beauty – hører til den sidste kategori.

At der overhovedet er grund til at lade skønhed starte med stort K, skyldes for det første, at det betaler sig at dyrke hudpleje som en anden national-sport med op til ti trin morgen og aften. For det andet er der tale om et veldokumenteret ingrediensfokus uden så meget hokusfokus – dog med undtagelse af landets forkær-

lighed for brug af snegleslim, som tillægges en række fortræffeligheder.

For gennemsnitsdanskere er rens og ansigtscreme det, vi normalt svinger os op til – og dét, der for mange er sund fornuft. For en kvinde i Sydkorea er det anderledes, fordi hun har set sin mor og sin mormor udøve hudpleje som en langsommelig disciplin, man ikke springer over. Et hudplejeritual bestående af dobbelt rens, ampuller, masker, sera (i flertal og til forskellige formål, som f.eks. et mod rødme og et mod pigmentpletter) og såkaldte essencer. Alt sammen lag på lag. Idéen er at lagre

holdbar fugt og reparation ved at begynde med det mest tyndtflydende og slutte med ansigtscreme.

De bedste råd

Men selvom fordelene er der med en så ekstraordinær frisk og fugtmæt hud i sigte, at man får lyst til at sætte vækkeuret til tidligere end normalt, kan ti trin alligevel nok få en til at stå af, før man overhovedet er stået på.

Heldigvis er der en genvej – eller måske nærmere en mellemvej, fortæller k-beauty-ekspert **Alica Yoon**.

“Skip toner og det daglige trin med ampuller, og

brug dem som lejlighedsvis “shots”, der masseres ind i huden et par gange om ugen eller efter behov, f.eks. hvis genstridige pigmentpletter skal have ekstra opmærksomhed i vinterhalvåret.”

Den sydkoreanske hudlæge **dr. Wonwoo Choi** er enig og anbefaler at prioritere fugtmætningen højt – altså det at lagre sin fugt, så den holder.

“For når fugten fejler, så falder al anden indsats til jorden – og uanset hudtype, også hvis den er fedtet, har man brugt for fugt,” anbefaler han.

Forpustet? Ja så er der måske lidt at slappe af på, for k-beauty handler ikke kun

om produkter. Sydkoreanske kvinder går også holistisk til huden – bl.a. ved at praktisere såkaldte ban-shin-yoks, som er en form for halve bade, hvor man sidder i meget varmt vand kun til navlen ud fra en formodning om, at blodgennemstrømningen øges, så det også ses i huden. Og så er der ansigtsmassagen, hvor Alica Yoon anbefaler en metode, der er til at huske – og let at forklare: “Sig vokalerne overdrevent højt: Aaaaaa, oooooo, eeee og så videre, dvæl ved hvert bogstav og gentag hvert bogstav tre gange morgen og aften,” lyder anbefalingen.

anpo@borsen.dk

FORHANDLERLISTE

■ Benton magasin.dk
■ Chanel sephora.dk

■ Clinique clinique.dk
■ Dr. LaPrin beaumonde.dk

■ Mizon beaumonde.dk
■ Philosophy magasin.dk

May your dreams come true...



MILAS
Handmade jewellery

Kompagnistræde 8 | 1208 København K | +45 33 13 19 07 | www.milas.dk | Facebook.com/MilasJewellery

CIRCO DELLA MODA

NY DANSK WEBSHOP
www.circodellamoda.com
Butik i Amaliegade 14 A, København K.

BRANDS: Ole Yde, Julie Fagerholt Heartmade, Elise Gug, Britt Sisseck, Ba&sh, Tibi, Inverni, Viola Sky, Erika Cavallini...

Fri levering og afhentning i Storkøbenhavn

the gift of giving

THE FUSION COLLECTION

AMAGERTORV 4 COPENHAGEN COPENHAGEN AIRPORT SØNDERGADE 1 AARHUS
GEORGIJENSEN.COM +45 7012 3420