Probleme wat pla

Kenners gee raad vir kosmetiese probleme wat meer as ’n roompie en kwassie verg

Deur ANLIE JANSE VAN RENSBURG

HAARVERLIES

PROBLEEM Al ooit in die stort gestaan en jou boeglam geskrik as jy sien hoeveel hare daar in die drein saamgekoek het? Moenie alleen voel nie, want dié probleem is baie algemeen. Stres, ongesonde eetgewoontes, te veel stilering en swangerskap is moontlike oorsake van haarverlies.

OPLOSSING “Wanneer ons stres, word ’n sekere hormoon afgeskei wat tot haarverlies kan bydra. Dit is nie altyd moontlik om heeltemal van stres ontslae te raak nie, maar probeer om waar jy kan spanning te verminder,” sê **Eugene Slabbert**, haarstilis by Wim Coiffeur in Seepunt, Kaapstad.

Sy nommereenwenk aan kliënte is om ’n gesonde dieet te volg: “Eet baie vars groente en vrugte wat ryk aan vitamiene en minerale is om jou liggaam en hare ’n hupstoot te gee.”

Jou stileermetodes speel ook ’n rol. “Die gebruik van haardroërs, krultange of haarysters kan jou hare makliker laat breek en uitval. Wend altyd ’n beskermingsproei of -serum aan voor jy hittetoestelle gebruik.” Haarverlengings is ook geneig om hare makliker te laat breek of uitval. Eugene beveel aan dat sy kliënte eerder haarverlengings vermy.

Swanger vroue kla soms dat hul hare uitermatig uitval. Die rede hiervoor is die feit dat die baba heelwat voedingstowwe uit jou liggaam opneem. Skildklierprobleme kan nog ’n oorsaak van haarverlies wees. Gaan sien jou huisdokter vir raad hiervoor.

“’n Produk wat ek wel kan voorstel om haarverlies te verminder, is Nioxin. Dit is nie ’n wondermiddel nie, maar met gereelde gebruik, sal dit wel ’n positiewe verskil maak.”

Kontak Wim Coiffeur by 021 439 6131

Gallo Images/Getty Images; **Kenner-foto’s** verskaf

PIGMENTASIE

PROBLEEM Dit maak nie saak of jy ’n ligte of donker gelaat, en olierige of droë vel het nie, want enige velsoort en velkleur kan deur pigmentasie aangetas word. Dié donker vlekke kan deur blootstelling aan te veel UV-strale veroorsaak word, maar daar is ook hormoonverwante pigmentasie, wat melasma genoem word. Dit is ’n chroniese veltoestand. Die presiese oorsaak van melasma is onbekend, maar daar blyk ’n direkte verband met die vroulike hormoonvlakke te wees omdat dit gewoonlik gedurende swangerskap of met die gebruik van voorbehoedmiddels plaasvind. Ander faktore wat die ontstaan van melasma kan beïnvloed, is die hormoon progesteroon, medikasie wat sonsensitiwiteit verhoog en abnormale skildklierfunksie.

OPLOSSING **Dr Maureen Allem** is ’n estetiese en mediese dokter en stigter van die Skin & Body Renewal-klinieke in Gauteng en die Kaap. “Pigmentasie op die boonste laag van die vel kan met ’n reeks ligte chemiese afskilferings verbeter word. Dis egter noodsaaklik om direkte sonblootstelling ná die behandelings te vermy en elke dag sonroom te gebruik,” waarsku sy. Pigmentasie in die dieper lae van die vel kan heelwat langer neem om verbetering te toon. Sy beveel die Lamelle Dermaheal Brighter Concentrate aan wat gekonsentreerde peptiede bevat wat die vorming van pigmente keer. Dit kan voor en ná die afskilferingbehandelinge aangewend word.

In die geval van hormonale pigmentasie beveel sy velbleikmiddels aan. “Antioksidante en aanvullings soos Heliocare Polydium Leacotomas of Lamelle Ovelle Pycnogenol® sal jou vel meer bestand teen die skade van UVA- en UVB-strale maak.”

Kontak dr Maureen by 0860 268 6972

SPATARE & HAARAARTJIES

PROBLEEM Daar is verskeie faktore wat spatare kan laat ontstaan. Spatare is wanneer die are in jou bene uitstaan en duidelik sigbaar is. Dit kan ook baie pynlik wees. Soos wat ’n mens ouer word, verswak die kleppe in jou are en kan dit spatare veroorsaak. Gedurende swangerskap verhoog die hoeveelheid bloed in jou liggaam en dit laat are ook vergroot en die uterus plaas ook ekstra druk op die are. Omdat ekstra gewig meer druk op jou are plaas, moet jy versigtig wees, om nie oorgewig te raak nie. Haaraartjies is fyn rooi aartjies wat op jou bene, maar ook op jou wange en neus voorkom en soos ‘n spinnerak lyk. Mense met ‘n ligter vel is veral meer geneig daartoe.

OPLOSSING “Lasertegnologie kan spatare wat minder as 3 mm dik is en haaraartjies doeltreffend behandel. Ek gebruik die Sciton Profile™ Nd:YAG-sisteem,” sê **Cherie Fraser**, ’n laserterapeut by The Melrose Aesthetic Centre in Johannesburg. Sy verduidelik dat laserlig deur die vel tot in die bloedvate gestuur word. Die lig wat geabsorbeer word, word dan in hitte omgeskakel en na die wande van die bloedvate gelei. Wanneer die laserlig genoeg skade aan die wande van die bloedvate aangerig het, sal die sirkulasiesisteem dit nie kan herstel nie en die klein aartjies sal heeltemal verdwyn. Geen narkose is nodig nie, maar jy sal ’n ligte steek- en brandsensasie gedurende die behandeling voel. Dit verdwyn onmiddellik ná die behandeling. Soms kan jy ’n verdowingsroom aanwend wat enige ongerief heeltemal sal uitskakel. Die aantal lasersessies wat nodig is sal van die hoeveelheid spatare afhang. Die rooiheid van die bloedvate wat behandel is sal binne twee tot ses weke verdwyn. Spatare wat meer as 3 mm dik is, moet deur ‘n mediese spesialis verwyder word.

Kontak Cherie by 011 214 9940

SWAK NAELS

PROBLEEM Is jy ook soms gefrustreerd met jou naels wat heeltyd breek? 'n Groot rede hiervoor is 'n tekort aan kalsium en 'n ongesonde dieet. Wanneer naels gereeld met water en skoonmaakmiddels in aanraking kom word dit sagter en breek dit ook makliker.

OPLOSSING "Om op die duur sterk naels te kry, moet jy 'n gesonde dieet volg wat baie groente en vrugte insluit," raai **Marilu Olwagen**, spabestuurder by Silverstar Casino se Soulstice Day Spa aan. "Verhoog jou kalsiuminname deur meer suiwelprodukte te eet en 'n goeie multivitamien is ook nie 'n slegte idee nie. Vir vinnige resultate kan jy OPI Nail Envy met kalsium en proteïen probeer om jou naels te versterk en beskerm."

Dra rubberhandskoene wanneer jy huishoudelike take verrig en gebruik 'n handeroom wat naels versterk en smeer dit sommer 'n paar keer per dag aan.

Kontak Soulstice Day Spa 011 662 7500

ROSACEA

PROBLEEM Dit is 'n chroniese inflammatoriese veltoestand wat mans en vroue raak. 'n Rooi uitslag kom op die neus, wange, ken en voorkop voor en vererger mettertyd. Dit word soms met aknee verwar omdat daar ook puisies kan voorkom. Die presiese oorsaak is moeilik om te bepaal, maar dit kan geneties oorgedra word en mense met ligte en sensitiewe velle is meer daartoe geneig.

OPLOSSING Dermatoloë skryf gewoonlik salf en orale antibiotikums voor wat die inflammasie beheer. Hipertoniese soutolossings word in skleroterapie gebruik. Die doel van die middel wat in die aartjies gespuit word, is om irritasie en inflammasie te veroorsaak.Die geïrriteerde wande groei aan mekaar vas, die bloed kan nie deur die aar vloei nie en dit raak met tyd minder opvallend. Laserbehandeling kan ook help.

Inge Ferreira is Willa Krause se nasionale velsorgdeskundige. Dié skoonheidshuis het onlangs Rosacea Relief ontwikkel, 'n room wat aarwande versterk, inflammasie verminder en die vel van droë, jeukerigheid en brandsensasies verlig. "Jy sal met die voorgeskrewe behandeling vir rosacea moet volhou om dit onder beheer te hou en op te klaar. Wees bedag op dit wat jou vel oormatig kan stimuleer, byvoorbeeld sterk speserye in jou kos en volg 'n daaglikse velsorgroetine wat jou van genoeg vog voorsien. Vermy produkte soos seep en alkohol wat jou vel uitdroog. Onthou ook om elke dag sonblok aan te wend."

Kontak Willa Crause by 012 544 1441

AKNEE

PROBLEEM Tot soveel as 54% van vroue ouer as 25 kry aknee en een van die oorsake vir dié probleem is chroniese stres. Wanneer jy stres, veroorsaak dit 'n verhoging in sekere hormone wat tot oormatige sebumproduksie lei. Die oortollige sebum veroorsaak dan dat jou porieë verstop raak en puisies verskyn. Tog kan verkeerde skoonheidsprodukte, omgewingsfaktore, medikasie en hormoonskommelings ook aknee veroorsaak.

OPLOSSING Probeer vasstel wat die oorsaak van jou aknee is en doen jou bes om die snellers te verminder, sê **Caron Walton**, 'n velkenner by Dermalogica. "Probeer ook Dermalogica se MediBac-reeks wat spesifiek vir volwasse aknee geformuleer is. Die skroproom speel met dooie selletjies wat verstopping veroorsaak, klaar. Die kleibasis sal van die ekstra olie ontslae raak en die antibakteriese bestanddele soos teeboomolie sal bakterieë wat aknee veroorsaak elimineer." Gereelde gesigsbehandelings met professionele produkte behoort ook resultate te bespoedig, vertel sy. "Vermy produkte met bestanddele wat jou vel kan irriteer. Gebruik eerder grimering soos Dermalogica se Treatment Foundation and Concealing Spot Treatment wat vry van kunsmatige kleurmiddels is om jou aknee gedurende die dag te verbloem."

Gebruik die regte produkte op puisies te help opklaar sodat daar nie littekens oorbly nie. As jy met erge aknee sukkel, moet jy 'n afspraak by 'n dermatoloog maak om die probleem aan te spreek. Vk

Kontak Caron by 031 566 2271