

PR-foto

Glød gør godt

En selvbruner kan være svær at arbejde med, men resultatet bliver altid pænere, hvis du først smører et tyndt lag bodylotion på. Brug ekstra meget omkring knæ og ankler, og fordel derefter hurtigt farven på huden, inden den når at tørre. Selvbrunerbalm til ansigt og krop fra James Read, 295 kr.



PR-foto

Opløftende smøre

Mange får kun brugt, hvad der står på badeværelseshyldens første række. Overvej at rydde op og ud i ansigtscremerne ved at give huden på benene den ekstra opmærksomhed. Er du på udkig efter nyt, så overvej en letvægtsolie, der kan lindre hævede ben og ankler – én, der dufter af sommer og giver huden et satinmat skær. Planteolie fra Sisley, 1120 kr.



PR-foto: Chanel

Alle tiders benarbejde



Endelig er det tid til bare ben. Og dermed at farve og fugtsikre huden. Her hjælper alt fra en grydesvamp til Tom Fords fornemmelse for olie.

Af Anette Kristine Poulsen



PR-foto

Brug de ben

Fedt og væske har det med at søge nedad, så underbenene svulmer op. Derfor skal man bevæge sig. Løbeekspert Peder Troldborg anbefaler korte ture på tre kilometer hver eneste dag. På den måde er man -som med tandbørstning - aldrig i tvivl, om man skal ud eller ej. Sneakers fra Adidas, 1500 kr.



PR-foto

Farvel til tør hud

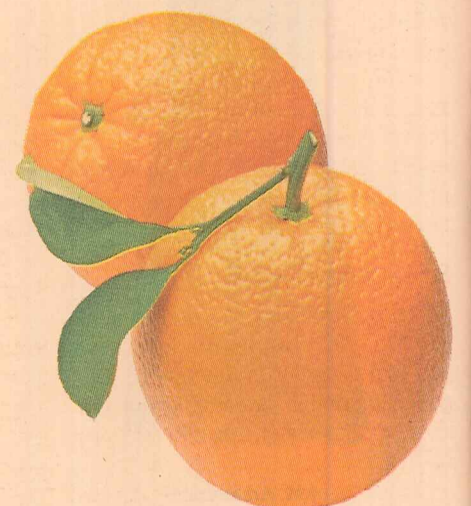
Huden på benene er tørrere end resten af kroppen og kræver derfor både fugt- og fedtstoffer. Et godt trick er først at bruge en form for fugtundertrøje, som tiltrækker fugten, og derefter forsegle med kropsolie, bodylotion eller køkkenskabs olivenolie, som indeholder omega9-fedtsyrer. Fugtserum til kroppen fra Ling, 279 kr., og kropsolie fra Tom Ford, 480 kr.

Peau d'orange

« Les cuisses à l'aspect de chou-fleur n'ont rien à voir avec des toxines stockés dans la peau, selon le docteur Peter Bjerring. Il s'agit d'une différence physique entre le tissu sous-cutané des femmes et des hommes : les hommes ont des « haubans » plus serrés, dit-il, en désignant les fibres élastiques du tissu conjonctif. Chez les femmes il y a plus de place pour le gonflement des cellules adipeuses. Un traitement au laser IPL LPG endermologie peut avoir un effet lissant sur la peau mais c'est une option coûteuse. En savoir plus : molholm.dk »

Appelsinhud

Blomkålslår har ifølge hudlæge Peter Bjerring intet med ophobede giftstoffer at gøre, men handler om en fysisk bindevævsforskel mellem de to køn: Mænd har "strammere barduner", som han kalder bindingerne mellem muskler og hud. Hos kvinder er der mere plads til opbuling af fedtvæv. Såkaldt IPL-laser LPG-lymfeddrænage kan være en udglattende, men bekostelig, mulighed. Se mere på molholm.dk



PR-foto

FORHANDLERLISTE

■ Adidas nakedcph.com
■ Chanel Illum.dk

■ James Read magasin.dk ■ Ling, hellethorup.dk
■ Sisley tlf. 33 38 46 30

■ Tom Ford magasin.dk