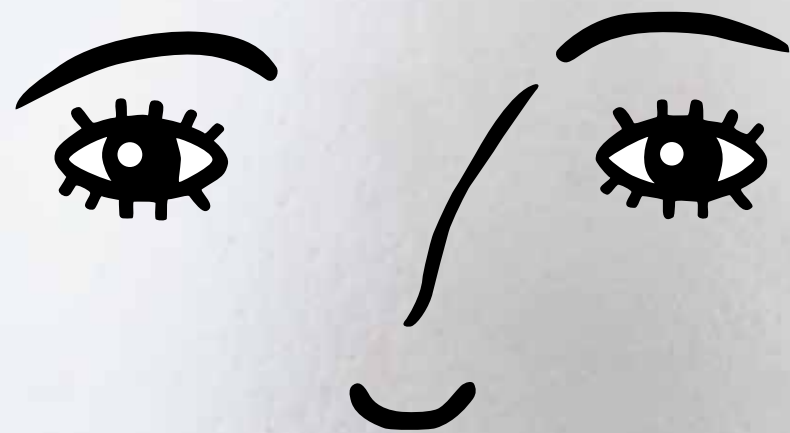


PEELING POWER!



11 VRAGEN OVER PEELING

Van peelen kan je huid enorm opknappen.
Wat is een peeling precies en welke past bij je?

1

WAT IS EEN PEELING?

Een peeling bestaat uit het opbrengen van een vloeistof die een bepaald zuur (bijvoorbeeld glycolzuur of salicylzuur) bevat. Dat zuur lost een laagje van de huid op, zodat er plaats wordt gemaakt voor een nieuwe en frisse huidlaag. Ook dringt het zuur dieper door in de huid en dat heeft volgens Annelijn van Ierland van Velthuis kliniek een gunstig effect op het afremmen van de huidveroudering: “Bij een behandeling met zuurconcentraties vanaf twintig procent wordt de aanmaak van collageen en elastine in de huid gestimuleerd. Beschadigingen door de zon en oppervlakkige pigmentvlekjes kunnen minder zichtbaar worden. De huid kan beter vocht vasthouden en de algehele conditie van de huid zal verbeteren.”

2

ER IS NIETS MIS MET MIJN HUID, WAAROM ZOU IK EEN PEELING GEBRUIKEN?

Je kunt een peeling zien als een onderhoudsbeurt. Een oppervlakkige peeling helpt met het mooi houden van je huid. Het proces van huidveroudering vertraagt en de huid kan weer beter vocht vasthouden.

3

VOOR ELK HUIDTYPE IS EEN GESCHIKTE PEELING BESCHIKBAAR

WELKE PEELING PAST BIJ MIJN HUID?

Vanaf 25-jarige leeftijd vertraagt de celvernieuwing in de huid. Voor elk huidtype is er een geschikte peeling beschikbaar. Zelfs de gevoelige huid kan baat hebben bij een milde peeling. **Ouder wordende huid:** peelings met hogere concentraties glycolzuur zijn goed geschikt voor de ouder wordende huid. Ook een trichloorazijnzuur (TCA) peeling is een optie. Deze laatste peeling dringt dieper in de huid en kan fijne lijntjes en rimpeltjes verminderen. **Huid met**

pigmentvlekjes: afhankelijk van het type pigment en de diepte ervan in de huid kunnen pigmentvlekken verminderen door peelings met glycolzuur. “Meestal is een aanvullende behandeling met laser of licht nodig, waarbij de pigmentvlekken doelgericht worden aangepakt,” aldus Annelijn. **Huid met zichtbare bloedvaatjes (couperose):** bij couperose of een zeer gevoelige huid is een milde peeling mogelijk. Annelijn: “Daarnaast zouden de oppervlakkige

rode vaatjes goed kunnen worden verwijderd met laserbehandelingen.” **Huid met volwassen acne:** een peeling met hogere concentraties glycolzuur of salicylzuur kan acne helpen verminderen. Deze behandelingen helpen de huid herstellen en zelfs oppervlakkige littekentjes kunnen verminderen. Annelijn: “Salicylzuur is in vet oplosbaar en hierdoor goed geschikt voor de vette of acnehuid. Het zuur lost de dode huidcellen als het ware op en dringt ook wat dieper de porie in.” ▶

4 WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN EEN PEELING VOOR THUIS, BIJ DE SCHOONHEIDSSPECIALISTE EN EEN BIJ DE HUIDTHERAPEUT?

In een peeling voor thuisgebruik zit tussen de één tot tien procent zuur. Schoonheidsspecialisten werken over het algemeen met lagere concentraties zuren dan huidtherapeuten, die met concentraties tot wel zeventig procent werken.

5 STEL DAT IK EEN PEELING BIJ EEN HUIDTHERAPEUT LAAT DOEN, HOE VAAK MOET JE DAN GAAN EN WAT KOST DAT ONGEVEER?

Voorafgaand aan een behandeling vindt een consult plaats. Tijdens het consult beoordeelt de huidtherapeut de huid, wordt er een huidanalyse gemaakt en krijgt de cliënt advies. Afhankelijk van de huidconditie zijn er vier tot acht peelingbehandelingen nodig voor een optimaal resultaat. Tussen de behandelingen in zitten twee à drie weken en een behandeling duurt zo'n twintig minuten. Een glycolzuurpeeling voor het gezicht kost bij bijvoorbeeld Velthuis kliniek € 75 per behandeling.

7 WAAR MOET JE OP LETTEN WANNEER JE EEN PEELING VOOR THUISGEBRUIK KOOPT?

Annelijn van Ierland: "Let erop dat je een mild product kiest. Je zou een exfoliant (zo wordt een peeling voor thuisgebruik ook wel genoemd, red.) met glycolzuur of salicylzuur kunnen gebruiken." Peelingen voor thuisgebruik bevatten een lagere concentratie zuren en zijn dus veilig om regelmatig te gebruiken. Test eerst op een klein stukje huid voordat je de exfoliant helemaal aanbrengt. Zo weet je of je huid er goed op reageert of niet.

9 HEEFT DE HUID NA HET GEBRUIK VAN EEN PEELING ANDERE HUIDVERZORGING NODIG?

Je huid is extra gevoelig voor zonneshade na het gebruik van een peeling, dus bescherm je huid overdag altijd met een SPF30 of hoger. Ook wanneer de zon niet schijnt, kunnen uv-stralen schade aanrichten aan de huid. Het advies is dus: altijd smeren voordat je de deur uitgaat, maar zeker als je vlak daarvoor een peeling hebt gebruikt.

SCRUB MAAKT DE HUID ALLEEN SCHOON, EEN PEELING STIMULEERT DE CELVERNIEUWING

6 WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN SCRUBBEN, EEN GEZICHTSMASKER EN PEELEN?

Met scrubben 'schuur' je de dode huidcellen van de huid, dankzij kleine korreltjes in het scrub-product. De nieuwe huidlaag wordt zichtbaar, maar er gebeurt verder niets in de huid. Met een peeling wordt een laagje van de huid opgelost en dringen de zuren dieper in de huid, waardoor ze de celvernieuwing stimuleren en ervoor zorgen dat de huid beter vocht vasthoudt. Een gezichtsmasker werkt meer verzorgend, zoals een crème die je lekker dik opsmeert.

1. Drops of Youth Liquid Peel is mild en kan 2 à 3 keer per week gebruikt worden, € 21 (The Body Shop). 2. Prima Soft Peeling Lotion is een organische peeling met hydraterend serum in één, € 60 (Giorgio Armani). 3. Beauty Sleep Power Peel is 4-in-1: een nachtcrème, masker, peeling en cleanser, € 79,95 (Alpha-H). 4. The Microdelivery Overnight Anti-Aging Peel bestaat uit een peeling (stap 1) en een verjongende nachtgel (stap 2), € 84,93 (Philosophy). 5. Gentle Peel Detoxifying Foam 365 Skin Repair is een diep cleansing foam met peeling-effect, € 45 (Lancaster). 6. Idéalia Peeling is een peeling voor de nacht met 4% glycolzuur, € 28,95 (Vichy). 7. Visionnaire Crescendo is een nachtpeeling die de huid egaliseert en laat stralen, € 75 (Lancôme). 8. Super Acids X-treme Acid Rush Peel doet zijn werk in 15 minuten, € 82 (Rodial). 9. Techni Peel Masque bevat AHA fruitzuren die rimpeltjes vervagen, € 39 (Payot). 10. Exfoliant voor de normale tot droge huid met 6% glycolzuur, € 34,95 (Uncover Skincare). 11. Calm Redness Relief is een milde peeling voor de gevoelige huid, € 29,90 (Paula's Choice).



8 WAT IS BETER? EEN PEELING IN EEN POTJE, TUBE OF POMPJE?

Let erop dat een peeling luchtdicht is verpakt. In een potje blijven de actieve zuren niet goed behouden, waardoor ze hun werk minder goed doen. Een tube is ook niet helemaal luchtdicht. Kies dus voor een pompje. Zo blijven de ingrediënten goed geconserveerd en heeft je peeling het meeste effect.

10 LOOP IK DAGEN-LANG ROND MET EEN ROOD GEZICHT NA HET GEBRUIK VAN EEN PEELING?

Van het gebruik van een exfoliant (voor thuis) is weinig te zien. Na een professionele peeling met glycolzuur zie je wel enige roodheid, maar over het algemeen trekt die snel weg. Je huid is in elk geval de volgende dag rustiger. Bij een TCA-peeling heb je een hersteltijd van ongeveer een week.

DAGCRÈME MET EEN UV-FILTER IS ALTIJD GOED, MAAR ZEKER VLAK NA EEN PEELING

11 IS EEN PEELING ALLEEN VOOR VROUWEN OF OOK VOOR MANNEN?

De mannenhuid kan zeker profiteren van een peeling. Dofheid, lijntjes of onzuiverheden worden minder. De mannenhuid is vaak minder gevoelig, dus ook geschikt voor peelings met een hogere concentratie zuren. ■