

Klassisk hudbehandling

Modul 1

Mål for dagen:

- Lære om utførelse av en klassisk ansiktsbehandling
- Lære om ulike hudtyper og hudtilstander
- Lære om de ulike baseproduktene som brukes
- Lære om de ulike enzympeelingene som brukes

Hva er en klassisk hudbehandling?

En klassisk hudbehandling er en grunnleggende og tilpasset ansiktsbehandling som renser, eksfolierer, pleier og beskytter huden.

Behandlingen skal:

- Fjerne sminke, solkrem, talg og forurensning
- Fjerne døde hudceller
- Tilføre fuktighet og pleiende ingredienser
- Stimulere sirkulasjon og gi avspenning
- Styrke hudbarrieren
- Gi en følelse av velvære og glød til huden
- Fungerer som en pekepinne mot sensitivisering

Hvem passer behandlingen for?

Klassisk hudbehandling kan tilpasses de fleste hudtyper og hudtilstander:

- Normal hud
- Tørr og dehydrert hud
- Fet og kombinert hud
- Gusten hud med ujevn tekstur
- Moden hud
- Lett sensitiv hud
- Hud med tendens til tilstoppede porer

Produktvalg, eksfoliering og virketid må tilpasses hudanalysen.

Behandlingen bør utsettes eller tilpasses ved blant annet aktiv hudinfeksjon, åpne sår, herpesutbrudd, kraftig inflammasjon, solbrent hud eller nylig utført sterk kjemisk peel, laser eller annen avansert behandling.

Dobbelrens består av en evt en oljebasert forrens etterfulgt av en vannbasert rens. Første rens løser opp fettløselige urenheter, mens andre rens rengjør selve huden.

Dermalogica PreCleanse

En oljebasert forrens som brukes som første steg i dobbelrensen.

Funksjon:

- Løser opp sminke, solkrem, talg og fettløselige urenheter
- Gjør huden klar for den vannbaserte rensen
- Bidrar til grundigere rens uten å tørke ut huden

Bruk: Masseres på tørr hud. Tilsett vann slik at oljen emulgeres til en melkeaktig konsistens, før den fjernes.

Egnet for: Alle hudtyper, også fet hud. Oljen binder seg til fettløselige urenheter og skal ikke forveksles med å tilføre huden overflødig fett.



pHformula G.E.L. cleanse

En skummende, vannbasert gelrens som brukes som andre steg i dobbelrensen.

Funksjon:

- Fjerner svette, smuss og rester etter første rens
- Består av melkesyre
- Rengjør huden uten å etterlate en fet overflate
- Gir et rent utgangspunkt for hudanalyse og videre behandling

Bruk: Masseres på tørr hud. Tilsett vann slik at oljen emulgeres til en melkeaktig konsistens, før den fjernes.

Egnet for: Normal, kombinert og fet hud. På svært tørr eller sensitiv hud må man observere om huden føles stram etter rens.



Dr. Dennis Gross Alpha Beta AHA/BHA Daily cleansing gel

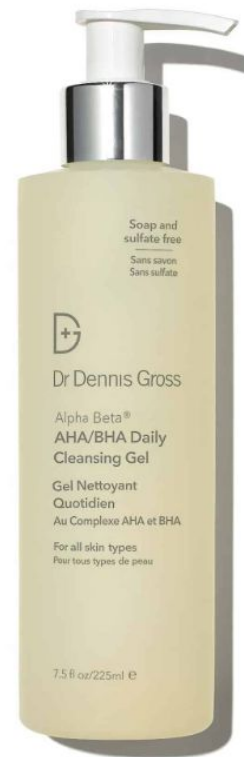
En aktiv gelrens med eksfolierende AHA/ BHA syrer

Funksjon:

- Renser huden og fjerner overskuddstal og urenheter
- AHA bidrar til å løsne døde hudceller på hudoverflaten (mandelsyre, glykolsyre, fytinsyre, sitrussyre)
- BHA er fettløselig og kan arbeide i og rundt talgutførselsgangene (salisylsyre)
- Kan bidra til jevnere tekstur, mer glød og mindre tilstopping

Egnet for: Kombinert, fet, uren, grov eller solskadet hud.

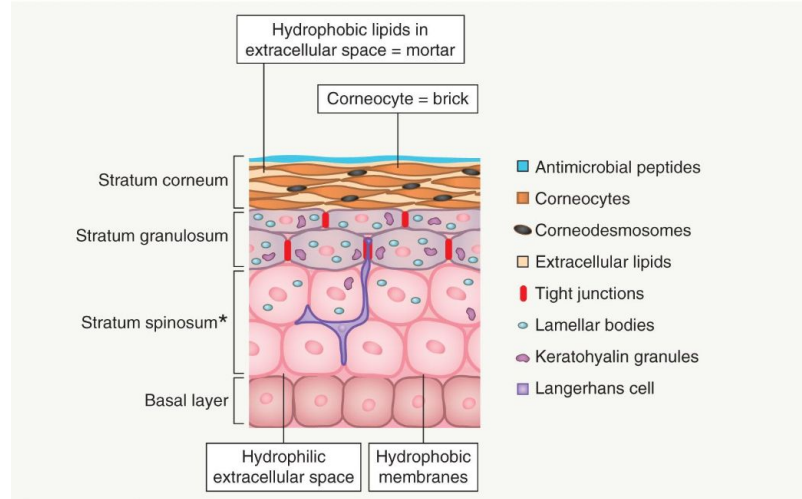
Viktig: Dette er en aktiv rens. Vurder hudens sensitivitet og hvilke eksfolierende produkter som skal brukes videre i behandlingen, slik at huden ikke overeksfolieres.



Eksfoliering - enzym

Eksfoliering fjerner eller løsner døde hudceller fra stratum corneum. Det kan gi jevnere hudtekstur, mer glød og bedre forutsetninger for påfølgende produkter.

De oppførte produktene er ikke utelukkende enzymeksfolieringer. Flere kombinerer enzymatisk, kjemisk og mekanisk eksfoliering.



Dermalogica Daily Milkfoliant

Et mildt pulverprodukt som aktiveres med vann og får en kremet, melkeaktig konsistens.

Viktige ingredienser og virkning:

- Havre og kokos virker mykgjørende og beroligende
- Papain fra papaya gir enzymatisk eksfoliering
- Frukt ekstrakter og arginin bidrar med milde AHA- og BHA-egenskaper
- Fjerner døde hudceller uten kraftig mekanisk bearbeiding

Egnet for: Tørr, dehydrert, sensitiv eller reaktiv hud, samt kunder som trenger en mild eksfoliering.

Behandlertips: Bruk rikelig med vann og lett trykk. Det skal dannes et kremet skum før produktet påføres huden.



Dermalogica daily microfoliant

Et risbasert pulver som aktiveres med vann.

Viktige ingredienser og virkning:

- Papain og risenzymer gir enzymatisk eksfoliering
- Salisylsyre bidrar til å løsne døde hudceller og rense tilstoppede porer
- Risbasert pulver gir en mild polerende effekt
- Fytinsyre, hvit te og lakris bidrar til jevnere hudtone

Egnet for: Normal, kombinert, gusten eller pigmentert hud og hud med ujevn tekstur.

Forskjellen fra Milkfoliant: Microfoliant er mer rettet mot glød, pigmentering, porer og tekstur, mens Milkfoliant er mer beroligende og barrierevennlig.



D.E.R.M.A.B.R.A.S.I.O.N

Til tross for navnet er dette hovedsakelig en **kjemisk resurfacingkrem**, ikke klassisk mekanisk dermabrasjon.

Produktet kombinerer:

- **Melkesyre – AHA:** Eksfolierer hudoverflaten, binder fuktighet og kan bidra til jevnere pigmentering.
- **Salisylsyre – BHA:** Fettløselig syre som er særlig aktuell ved talg, tilstopping og akneutsatt hud.
- **Laktobionsyre – PHA:** En mildere syre med fuktighetsbindende og antioksidative egenskaper.
- **Retinolkompleks:** Stimulerer cellefornyelsen og brukes mot aldringstegn, pigmentering og ujevn tekstur.
- **PH-DVC™:** pHformulas leveringssystem, utviklet for kontrollert transport av aktive ingredienser.

Jobbes med i huden i 2 minutter, kan ligge på i 10 minutter



Dr. Gross Derminfusions blur+ repair serum og cream

En rik, fuktighetsgivende ansiktsserum og krem som skal styrke hudbarrieren og gi en glattere hudoverflate.

Funksjon:

- Tilfører og holder på fuktighet
- Mykgjør tørr hud
- Gir en midlertidig utglattende og «blur»-effekt
- Reduserer synligheten av tørrhetslinjer
- Passer godt etter et fuktighetsserum



Colloidal / gel mask / multivitamin

pHformula H.Y.D.R.A. gel mask er en lett, avkjølende gelmaske som først og fremst tilfører og binder vann i huden. Den passer spesielt godt til dehydrert, varm eller irritert hud, også når huden er fet eller kombinert.

Dermologica Colloidal Masque Base er også en fuktighetsgivende gelmaske, men har mer fokus på å berolige sensitiv og sensitivisert hud. Den virker avkjølende, reduserer stramhet og kan brukes over serum for å forsterke og forsegle virkningen.

Dermologica Multivitamin Power Recovery Masque er en rikere kremmaske som tilfører både fuktighet, lipider, vitaminer og antioksidanter. Den passer best til tørr, moden, gusten, solskadet eller stresset hud som trenger mer næring og støtte til hudbarrieren.



Hydra serum og post recovery cream

pHformula P.O.S.T. recovery cream

En beskyttende og beroligende serun og krem utviklet for hud som trenger støtte etter aktive behandlinger.

Funksjon:

- Bidrar til å gjenopprette hudens komfort
- Reduserer følelsen av tørrhet og stramhet
- Støtter hudbarrieren
- Beskytter huden i restitusjonsfasen
- Bidrar til å bevare fuktigheten i huden



senZie

akademiet

Solkrem

Solkrem er behandlingens siste og obligatoriske steg på dagtid.

Funksjon:

- Beskytter huden mot UVA- og UVB-stråling
- Reduserer risikoen for solskade og fotoaldring
- Forebygger forverring av pigmentering
- Beskytter huden når den er mer solsensitiv etter eksfoliering
- Kan være fysisk eller kjemisk

Påføring: Påføres jevnt over ansikt, hals og eventuelt øvre bryst som siste produkt. Bruk tilstrekkelig mengde.



Hudtyper og hudtilstander

Balansert hud

Balansert hud har en god balanse mellom talg, fuktighet og en velfungerende hudbarriere.

Typiske kjennetegn:

- Jevn og myk hudoverflate
- Små til moderat synlige porer
- Verken svært blank eller stram
- Jevn hudtone
- God elastisitet
- Få tilstoppinger og utbrudd
- Tåler vanligvis produkter og behandlinger godt
- Opplevs komfortabel etter rens
- Har en naturlig, frisk glød

Normal hud betyr ikke nødvendigvis «perfekt hud». Den kan fortsatt få enkelte urenheter, bli dehydrert eller reagere på klima, hormoner og feil produktbruk.



Fet hudtype

Fet hud kjennetegnes av høy talgproduksjon i store deler av ansiktet.

Typiske kjennetegn:

- Blank eller oljete hudoverflate
- Store og synlige porer utover hele ansiktet
- Tilstoppede porer og komedoner
- Tendens til papler og pustler
- Ofte tykkere og mer robust hud
- Sminke kan sitte dårlig eller «gli av»
- Huden blir raskt blank igjen etter rens
- Kan samtidig være dehydrert og mangle vann



Fet hud skyldes overskudd av talg, mens dehydrert hud mangler vann. En kunde kan derfor ha både fet og dehydrert hud.

Kombinert hudtype

Kombinert hud har ulik talgproduksjon i forskjellige deler av ansiktet.

Typiske kjennetegn:

- Fet eller blank T-sone: panne, nese og hake
- Normal eller tørr hud på kinnene
- Større porer og flere tilstoppinger i T-sonen
- Mindre synlige porer på sidene av kinnene
- Kan føles stram på kinnene, men fet rundt nese og panne
- Behov for forskjellige produkter i ulike soner

Ved behandling må huden vurderes sonevis. Det kan for eksempel brukes en mer aktiv eksfoliering eller rens i T-sonen og mildere produkter på kinnene.



Tørr hudtype

Tørr hud produserer for lite talg og har ofte redusert lipidinnhold i hudbarrieren.

Typiske kjennetegn:

- Små eller lite synlige porer
- Matt hudoverflate
- Følelse av stramhet
- Ru, flassende eller skjellende partier
- Fine tørrhetslinjer kan være synlige
- Mindre elastisk og smidig hud
- Kan være mer utsatt for irritasjon og sensitivitet
- Absorberer ofte krem raskt
- Kan reagere negativt på sterke renseprodukter og eksfoliering

Tørr hud er en hudtype, mens dehydrering er en hudtilstand. Tørr hud mangler hovedsakelig fett/lipider, mens dehydrert hud mangler vann.



Sensitiv hudtype

Det er mest presist å omtale sensitiv hud som en hudtilstand, ikke en egen hudtype. Kunden kan derfor ha tørr, fet, kombinert eller normal hud og **samtidig** være sensitiv.

Sensitiv hud har redusert toleranse for ytre og indre påvirkninger og reagerer lettere enn forventet på produkter, behandlinger, temperatur og friksjon.

Typiske kjennetegn:

- Rødhet eller lett rødming
- Svie, stikking, kløe eller brennende følelse
- Stramhet og ubehag
- Tørrhet og flassing
- Reagerer lett på nye eller aktive produkter
- Lav toleranse for syrer, retinol, parfyme og kraftig eksfoliering
- Kan reagere på varme, kulde, vind, sol og temperaturendringer
- Kan ha en svekket hudbarriere
- Synlige små blodkar kan forekomme



Dehydrert hudtilstand

Dehydrert hud mangler **vann**, ikke nødvendigvis fett. Derfor kan også fet og kombinert hud være dehydrert.

Kjennetegn:

- Stram eller ukomfortabel følelse
- Matt og gusten hudoverflate
- Fine, overfladiske dehydreringslinjer
- Ru eller lett flassende hud
- Redusert spenst og glød
- Huden absorberer produkter raskt
- Kan både føles fet og stram samtidig
- Økt sensitivitet og reaktivitet
- Sminke kan legge seg ujevnt
- Ved forsiktig sammenklemming kan man se små, fine linjer



Vanlige årsaker: For lite fuktighet, svekket hudbarriere, overdreven rens eller eksfoliering, tørr luft, sol, kulde, varme, enkelte medisiner eller feil hudpleie.

Forskjell fra tørr hud: Tørr hud mangler hovedsakelig talg og lipider. Dehydrert hud mangler vann og er ofte midlertidig.

Aldret hud viser tegn på både kronologisk aldring og ytre påvirkning, spesielt UV-stråling.

Kjennetegn:

- Fine linjer og dypere rynker
- Redusert fasthet og elastisitet
- Slappere hud og endrede ansiktskonturer
- Tynnere og mer skjør hud
- Tørrhet og redusert fuktighetsnivå
- Gusten eller ujevn hudtone
- Grovere eller ujevn tekstur
- Pigmentflekker og solskader
- Langsommere celfornyelse
- Redusert talgproduksjon
- Synlige blodkar og lettere dannelse av blåmerker kan forekomme
- Lengre tilhelingstid etter skade eller behandling



Aldring påvirkes av genetikk, hormoner og tid, men også av sol, røyking, stress, søvn, kosthold og forurensning.

Pigmentert hudtilstand

Pigmentert hudtilstand innebærer ujevn fordeling eller økt produksjon av melanin. Den kan forekomme hos alle hudtyper og hudtoner.

Kjennetegn:

- Mørkere flekker eller områder
- Ujevn hudtone
- Fregner eller solflekker

Vanlige former:

- **Solar lentigo:** Avgrensede solflekker etter langvarig UV-eksponering.
- **Postinflammatorisk hyperpigmentering:** Pigmentering etter akne, sår, irritasjon eller behandling.
- **Melasma:** Ofte symmetrisk pigmentering i panne, kinn eller overleppe, påvirket av hormoner, genetikk og sol.
- **Fregner:** Små pigmentflekker som vanligvis blir tydeligere etter sol.

Viktig: Ikke alle mørke hudforandringer er ufarlig pigmentering. Nye eller endrede flekker med ujevn form, farge eller vekst skal vurderes av lege.



Sensitivisert hudtilstand

Sensitivisert hud er en midlertidig hudtilstand. Huden har blitt reaktiv som følge av ytre påvirkning eller svekket hudbarriere.

Kjennetegn:

- Plutselig rødhet eller irritasjon
- Svie, stikking, kløe eller brennende følelse
- Stramhet
- Tørrhet og flassing
- Reaksjon på produkter huden tidligere har tålt
- Økt reaksjon på vann, varme, kulde eller berøring
- Svekket barriere og økt transepidermalt vanntap
- Kan oppstå etter eksfoliering eller aktive behandlinger

Vanlige årsaker:

- Overrens og overdreven eksfoliering
- Hyppig bruk av syrer eller retinoider
- Feil kombinasjon av aktive ingredienser
- Kraftig friksjon eller varme
- Sol, kulde, vind og tørr luft
- Nyelig peel, laser eller microneedling
- Irriterende hudpleieprodukter
- Stress eller hormonelle endringer

