



WERKZAME STOFFEN

• *Jeugd uit een potje...?*

Niet alleen collageen, elastine en hyaluronzuur zijn van belang bij de strijd tegen veroudering. Hieronder Monique's lijstje met werkzame stoffen tegen rimpels, uit haar boek 'Mooi zijn en mooi blijven' (Strength United Media):

■ **Vochtbinders**, zoals hyaluronzuur en algenextracten.
■ **Vitamines**, zoals A, B3, B12, C en E. Vitamine E vangt vrije radi-

calen en stimuleert vitamine A de celvernieuwing, vooral van collageen.

■ **Peptiden** geven een vals alarm aan de huid, waardoor de huid vermoedt dat deze beschadigd is. Vervolgens wordt de collageenproductie gestimuleerd.

■ **Antioxidanten** die de vrije radicalen kunnen neutraliseren: resveratrol, idebenone. Q10, fe-

rulinezuur en flavonoiden.

■ **Huidbarrièreversterkers**, zoals lecithine, ceramiden, omega-3 vetzuren, calcium en magnesium.

■ **Zuren**, waaronder fruit- en melkzuur. Het zuur tast de dode huidcellen aan waardoor de huid er weer glad en fris uitziet.

■ **Siliconen**: deze gelachtige stof kan een rimpel onmiddellijk optisch verdoezelen.

• „Negentig procent is gebakken lucht”, zegt beauty-deskundige Monique Lindeboom.



De waarheid

achter RIMPPELS

Tekst: VANDA DE HAAN
Foto's: CORBIS,
FRANK DE RUITER

Goud, chocola en kaviaar. Je kunt het zo gek niet verzinnen of het zit in *anti-aging* crèmes. Volgens de fabrikanten van de diverse smeermiddelen trekken deze dure crèmes je huid binnen drie weken strak of heb je na gebruik twintig procent minder rimpels. „Negentig procent is gebakken lucht”, stelt beautyjournaliste Monique Lindeboom.

Het is de angst van velen: rimpels krijgen. Naarmate we ouder worden, verslapt de huid en beginnen we als een gek 'verjongingsmiddeltjes' te smeren. „Tegenwoordig zijn de meeste crèmes zo waanzinnig goed dat veel makers er een *anti-aging*-claim aan hangen”, aldus Monique Lindeboom.

In maart lanceert ze haar boek *Mooi zijn en mooi blijven*, waarin ze feiten en fictie over cosmetica op een rijtje zet. Lindeboom is kritisch ten opzichte van het *anti-aging*-imperium, waarin vele miljarden euro's omgaan.

Het ontstaan van rimpels is een oorlog op twee fronten: aan de ene kant staan we de gehele dag bloot aan de zon, regen en uitlaatgassen, waardoor onze huid heeft te lijden onder een verhoogde aanmaak van vrije radicalen.

Vrije radicalen ontstaan onder meer door vervuilde buitenlucht, veroudering en stress. Ze haken in op een ander molecuul, dat daardoor beschadigt. Deze biologische terroristen tasten alle organen aan. Extra productie van vrije radicalen vindt plaats door invloeden van buitenaf, zoals UV-licht.

„Vier van de vijf rimpels komen door UV-straling”, aldus Lindeboom. Daarom mag een zonnebrandfactor niet ontbreken in een *anti-aging* crème. Ook antioxidanten zijn present in de verjongingsmiddeltjes, omdat zij vrije radicalen kunnen neutraliseren en daardoor rimpels tegenwerken.

Ten tweede verouderd onze huid zonder invloeden van de buitenwereld, omdat ons lichaam de productie van bepaalde stoffen stopt. Deze stoffen zijn cruciaal voor een mooi, strak gezicht en gaan schuil onder de namen elastine, collageen en hyaluronzuur. Elastine en collageen zijn eiwitten die de huid haar structuur geven. Door zonnen, een vervuilde buitenlucht en het verouderingsproces worden deze stoffen sneller afgebroken.

Hyaluronzuur is een stof die



extreem veel water aan zich kan binden, waardoor je huid er voller uitziet en het transport van water tussen de onderlinge huidlagen gemakkelijker verloopt.

Anti-aging crèmes richten zich dan ook op de productie van elastine, collageen en hyaluronzuur.

Hyaluronzuur zit in dergelijke crèmes en werkt direct. Zodra je hyaluronzuur opsmeert, verdwijnen rimpels, omdat het vocht bindt op de huid. Door het extra vocht lijkt je huid dikker en zijn rimpels minder merkbaar. Zowel elastine als collageen wordt indirect aangemaakt in de huid door middel van vitamines en peptiden. Vitamine A zorgt bijvoorbeeld voor de aanmaak van collageen en elastine door de huid te prikkelen.

Stimuli die tot op bepaalde hoogte wel tegen rimpels helpen, maar zeker geen pleziertje zijn. Lindeboom: „Alles om rimpels te

verminderen, gebeurt door irritatie. Aangezien cosmetica slechts in geringe mate mogen irriteren, kun je nagaan dat de werkzaamheid dus klein is.”

Lindeboom gelooft gedeeltelijk in de beloftes van fabrikanten.

„Als ik een *anti-aging* crème opsmeer, trekt mijn huid in één keer strak. Het is zeker geen hocus-pocus, maar het effect is tijdelijk. Je moet de crème minstens een maand smeren voordat het werkt. En na één tot drie maanden is de werking optimaal en wordt niet beter.”

Een crème gebruiken is volgens de beautyjournaliste geen vereiste. „De huid is een orgaan en kan zichzelf in principe prima verzorgen. Pas als er problemen zijn, is het belangrijk om een crème te gebruiken.”

Volgens Lindeboom moet je geen wonderen verwachten: „Ééntiende minder diepe rimpels is al een goed resultaat. Hoewel je dat niet met het blote oog kunt zien, is er dan wel sprake van een algeheel beter beeld.”

Een belangrijk probleem is de verpakking. Veel crèmes worden in potjes verkocht, maar zijn funest voor het product omdat er gemakkelijk zuurstof en zonlicht bij de werkzame stoffen kunnen komen. Juist deze stoffen kunnen meestal niet tegen licht of zuurstof, waardoor de *anti-aging* crèmes alsnog geen effect hebben. „Luchtdichte pompjes zijn iets om naar uit te kijken.”

De beste oplossing tegen rim-

pels is volgens Lindeboom simpel: bewegen, ontspannen en gezond eten. „In principe kun je alle stoffen die in *anti-aging* crèmes zitten, binnenkrijgen via je voeding.”

• *Wen er maar aan: bij ouder worden horen nu eenmaal rimpels. Zogenoemde anti-aging crèmes helpen maar ten dele.*

Vooraf
UV-straling
is funest
voor huid

T-tans
AIRBRUSH TANNING SALON
AMSTERDAM

www.t-tans.nl

WIL JE EEN MOOI, NATUURLIJK EN GEZOND KLEURTJE VOOR EEN SPECIALE GELEGENHEID ZOALS EEN AFSpraakJE, OF EEN FEESTJE, DAN KOM JE NAAR T-TANS !!!!

EEN VEILIG ALTERNATIEF VOOR DE ZONNEBANK !!

EEN MOOIE NATUURLIJKE KLEUR BINNEN 20 MINUTEN ZONDER RISICO OP HUIDKANKER EN VROEGTIJDIGE HUIDSVEROUDERING IN EEN PROFESSIONELE AIRBRUSH TANNING SALON

UW KLEURTJE WORDT AANGEBRACHT DOOR GECERTIFICEERDE AIRBRUSH TANNING TECHNICIANS VERSCHILLENDE GRADATIES BRUIN MOGELIJK VERVAAGT ZEER GELEIDELIJK HOUDT 6 TOT 10 DAGEN

BOSBOOM TOUSSAINTSTRAAT 50
1054 AT AMSTERDAM

TEL. 020-6831689

info@t-tans.nl