Kremer som virker

Noen kremer virker mer effektivt enn andre. Bli med på vår lille oppdagelsesreise i ingredienser. Lær deg hva som funker og hvorfor.

Av **Åshild Breian og Tinki Troye** Foto: **Produsentene**
Kjøpsinformasjon side xxx

✦ Det lønner seg å være litt detektiv på ingredienslisten på kremesken.

– Ingrediensene oppgis etter hvilken mengde som finnes i kremen, forteller nordisk fagsjef Kjersti Johansen i Dermanor, en av de store hudpleieselskapene i Norge.

Hvis den virkningsfulle ingrediensen kommer langt ned på listen kan det være at du skal lete videre hvis du ønsker mer enn fukt og pleie. Kjersti Johansen har en liste over det mest effektive innholdet i antialdringskremer. En av de mest anerkjente, som forskere generelt er enige om at virker mot aldring, er **Retinol**. Det er et annet ord for vitamin A som omdannes i huden til vitamin A-syre. Det fungerer som et hormon som øker cellefornyelsen og setter fart på produksjonen av bindevev og fuktighetsbindende stoffer. Huden ser yngre ut med spenst og mer volum.

Kjersti Johansen
Dermanor

Antioksidanter finnes i mange former. Tochoperoler eller vitamin E, binder fuktighet og forebygger, nøytraliserer og motvirker skader fra frie radikaler. Idebenone er den mest kraftfulle antioksidanten og virker reparerende på celler. Ble oppdaget ved forskning på Alzheimers. Regnes som legemiddel om innholdet overstiger 1 prosent. Coffeberry er en ekstrakt fra halvmodne kaffebær som ble oppdaget fordi kaffeplukkerne har myk hud på hendene. Ascorbic Acid eller C-vitamin øker effekten av vitamin E og virker blant annet lysnende på huden. Vil virke oppstrammende i høye konsentrasjoner.

Flere stoffer etterligner **sukkermolekyler** som huden selv lager for å binde fuktighet. I kremer som skal motvirke aldring kan kun saltet fra Sodium Hyaluronate eller hyaluronsyre trenge ned i huden for å gi en dypere fukt og volum. Hyaluronic acid som er ganske vanlig i kremer, har for store molekyler til å gi annet enn fuktighet på overflaten.

◂ Denne kremen skal tilføre fuktighet og styrke huden ved hjelp av ekstrakt fra svarte perler som er rik på kalsium. kremen er spesielt utviklet for moden hud. **Résponse Temps Intensive Resourcing Cream, 50ml** kr 1599 (Matis).

Peptider eller signalstoffer er korte kjeder av aminosyrer, små nok til å trenge ned i huden. Der påvirker de cellene. Finnes i mange utgaver. Palmitoyl Oligopeptide er fem aminosyrer som er en del av bindevevsproteinet kollagen. Får huden til å bli tykkere og gir fukt og glattere hud på sikt.

Fruktsyrer eller AHA er naturlige. Glykolsyre og melkesyre lages av sukkerroer og syrnet melk. De kan trekke dypt ned i huden, styrke bindevevet og øke produksjonen av hyaluronsyre. Huden blir tykkere, mens det blir færre døde hudceller på huden. Virker både mot aldring og mot acne.

I tillegg til disse virkestoffene bruker forskere verden over enorme summer på å utvikle nye ingredienser eller finne nye virke-

stoffer. Forskningssjef og doktor Véronique Delvigne har arbeidet i over 25 år med verdens største kosmetikkmerke Lancôme, og har hele 3700 forskere i L'Oréal ryggen.

Véronique Delvigne
Lancôme

En av selskapets største suksesser er stoffet Pro-Xylane, et sukkerstoff som finnes i alle Absolue-kremer. Luksuskremen Absolue har vært på markedet siden 1935 og oppdateres stadig med de siste ingredienser.

Forskerne har de siste årene vært særlig opptatt av å styrke miljøet rundt stamcellene i huden fordi de er viktige for å fornyelse. Det er disse cellene som iler til når huden skades. Lenge ble det snakket om anbefalt alder for kremene. Nå er det hver enkelt kvinnes personlige behov som det fokuseres på.

Forskning viser at vi eldes forskjellig og ut fra hva huden utsettes for. Så mye som 80 prosent av aldringen kommer av ytre faktorer som sol, stress, forurensning, søvn og ernæring. Bare 20 prosent skyldes arv og gener. Det betyr at du kan gjøre mye selv.

Derfor lanseres siste Absolue-kremer i to versjoner: en Premium Bx for hud som utsettes for en naturlig og biologisk aldring hvor hvit iris spiller en viktig rolle.

Søsterkremen Precious Cells er beregnet på hud som har dypere rynker som skyldes livsstil, miljø og klima. Her er Cleopatras yndlingsblomst, jasmin tilført sammen med epleekstrakt fra en sveitsisk eplesort, Longevity, som holder seg like fint i mange måneder.

– Når en kvinne sier at det produktet må jeg bare ha. Da har vi lykkes, sier forskningssjef Véronique Delvigne.

Hun er opptatt av å etablere en rutine og bruke den samme kremen dag etter dag. Forskeren mener det er viktig å holde på rutinen hvis du ønsker å se en effekt. En krem trenger tid på å få virke i huden. Du må holde ut i minst en måned før du kan si noe om et nytt produkt. Noe annet vil bare være tull, i følge Delvigne. ✦

Skal byttes ut!

▲ Den nye **Absolue**-kremen kommer i to versjoner **Premium BX,** for naturlig aldret hud og **Precious Cells** for stresset og miljøskadet hud, 50 ml, fra kr 1475 (Lancôme).

Luksus

▲ Antialdrende krem til ansikt og hals som skal trenge ned i de dypeste lagene i huden og gi intens næring, fylde, fuktighet og glød. For normal til kombinert hud. **Capture Totale**, 60ml, kr 1490 (Dior).

▲ Bio-Renewal complex skal beskytte, gi intens fuktighet og gjenoppbygge hudens elastisitet. Inneholder også Inositol (B-vitamin), gjær-ekstrakt og rose epleblad ekstrakt. **Bio Performance Advanced Super Restoring Cream**, 50ml, Kr 895 (Shiseido).

▲ Dagkrem som skal gi mykere og fastere hud. Inneholder Tri-HA Celle kompleks som skal øke produksjonen av hyaluronsyre og bidra til å redusere rynker. SPF 15. **Advanced Time Zone**, 50ml, kr 745 (Estée Lauder).

▲

▲ Fyldig dagkrem som skal gi næring i dybden og tilføre fuktighet, fornye og beskytte huden. Inneholder et patentert retinyl-kompleks som skal redusere synligheten av aldersflekker og misfarginger. **Ceramide Premiere Intense Moisture and Renewal Activation Cream SPF 30**, 50ml, kr 820 (Elizabeth Arden).

◀ En lett dagkrem fra den mest eksklusive hudpleieserien til Chanel som skal bekjempe rynker, pigmentflekker og gi fuktighet, spenst og glød til huden. **Sublimage le fluid**, Kr 2190 (Chanel). ▶

Medium pris

Antialdrende nattkrem som skal gi fasthet og gjennoppbygge huden. **Premiere Illuminating Night cream**, kr 429 (Sensilis/Vita).

Inneholder et Amino+ kompleks som skal fremme hudens produksjon av kollagen og hyaluronsyre og forbedre hudens smidighet. **Time Reversing Intense skinGenist Day Cream SPF15**, kr 599 (Oriflame).

En dagkrem som inneholder stamceller fra bringebærplanten som skal bidra til å forhindre rynker og gi en en glattere, fastere og mer elastisk hud. **Plantscription SPF 25 Anti-aging Cream**, 50ml, kr 745 (Origins).

Krem som skal stimulere cellefornyelsen og bidra til å styrke huden, redusere rynker og porer. Inneholder erte -og bambusekstrakt, glukosamin, hyaluronsyre og ceramid 3. **AgeLoc Transforming Night cream**, 30ml, kr 622 (Nu Skin).

Kremen skal gjenskape hudens fuktighetsbarriere med squalan fra olivenolje, algeekstrakt, glyserol og Aloe Vera. 100% allergitestet og oljefri. For tørr og sart hud. **Moisture Surge Intense Skin Fortifying Hydrator**, 50ml, kr 385 (Clinique).

Gluconolactone gir en lett eksfoliering og bidrar til cellefornyelse. Med vitamin E, rosmarin og kamomilleestrakt som beroliger og skal gi en jevn hudtone. SPF 15 og oljefri. **Multi Protective Day Creme SPF 15**, kr 399 (Excuviance).

Mye for pengene

Krem med et peptidkompleks, alfalfa, lerkeekstrakt og sheasmør som skal stramme opp huden og redusere dannelsen av rynker. **Protect & Perfect Intense Day Cream**, 50ml kr 289 (N07 / Boots).

Dagkrem som skal beskytte, gi næring, fuktighet, styrke og fylde til moden og sensitiv hud. Inneholder saflorolje, risskliolje, karitesmør og Omega 3, 6 og 9 fettsyrer. **Neovadiol magistral**, 50ml, kr 330 (Vichy).

Antialdrende dagkrem med vegetabilske oljer og økologisk sheasmør. Inneholder kornblomstvann og antioksidanter som vitamin E, A og F. **Anti-Age global**, 50ml, kr 249 (Yves Rocher).

En kombinasjon av et hyaluronsyrekompleks og ekstrakt fra katafraybark skal tilføre fuktighet i alle hudnivåer og gjøre huden myk med en frisk glød. For normal til tørr hud. **HydraQuench Cream**, kr 395 (Clarins).

Rik dagkrem som absorberes raskt, inneholder SPF 15+ og UVA beskyttelse. Mildt parfymert. Normal til tørr hud. **Hyaluron filler day cream**, kr 279 (Eucerin).

Kremen gir en SPA følelse og skal stramme opp, redusere rynker og jevne ut hudtonen. Inneholder et Amino-Peptid kompleks som skal gi fylde til moden hud. Parfymfri. **Regenerist 3 Point Treatment Cream**, 50ml, kr 299 (Olay / Vita).