

ET KERTO VAT:

ÄÄ KUULUU SEKSI ELÄMÄÄNI?

# Menorat

10

3,90 €

MURIN NAISTEN VIIKKOLEHTI

YAA ODOTTAVAT

NI, 38

TURKKA, 40

TA NYT

EMME

MIITA

NHEMMIKSI”

## nanat LUSASUT

ISELLISET KORSETIT

UNIIT PITSILIIVIT

HÄKÄT TOPIT

+ parhaat pikkarit

YLLÄTTÄVÄ  
KOTIMAINEN  
JATKIS  
ALKAA!

KIRJAILIJA  
**REGINA RASK**  
”Äitini masennus  
teki minusta  
humoristin”

NÄYTTELIJÄ  
**AKU HIRVINIEMI**  
”Naimisiinmeno  
hervittää”

KEVÄÄN UPEAT  
**KORUT &  
KELLOT**

+ JULKKISTEN LEMPPARIT

oma  
MES



01-01-100815

Selluliittia on kaikilla naisilla ja niin pitää ol-  
lakin. Mutta hälytys-  
kellot saavat soida, jos  
ihon alle sidekudok-  
seen jumittuu liikaa  
na-aineita, nesteitä ja rasvaa.  
Selliittia on nimittäin neljää eri-  
tyyppistä, joista lievintä on vain ikävän-  
vähäistä, mutta vakavin jo aineen-  
vaihunnan sairaus. Näkyvien  
kudosten lisäksi selluliittia vel-  
tuuttaa ihoa, koska verenkierto  
elittää normaaliin malliin.

Näkyvää, muhkurista selluliit-  
on nykyään yhä nuoremmilla  
naisilla, eivätkä istumatyö ja tele-  
on töllötys ainakaan asiaa pa-  
nna. Elämäntapojen lisäksi tiu-  
vaatteet vaikuttavat selluliitin  
tyyppiin. Jos supertiukat farkut  
navat vyötäröä koko päivän,  
na-aineenvaihdunta kärsii.

Äärsykset ovatkin aiempaa innok-  
empia selluliittivoiteiden osta-  
myös hoitoaloissa tehtävät toi-  
piteet ovat tehostuneet. Nyt  
käytetään etenkin laitehoitoja. Jotta  
tuloksiin päästään, homma on  
tuttavaa ja sinnikkäästi sarjoissa.  
Jusilla laitteilla vaikutetaan sy-  
västi ihoon ultraäänien, sähkövir-  
ran, infrapunon ja imuhieronnan  
avulla. Testasimme, miten pidempi  
hoitojen sarja tehoaa.

## SELLULIITTI-IMURI

**IDEA:** Selluliittimuhkurat pienene-  
vät tai jopa häviävät kokonaan, iho  
pehmenee ja ongelma-alueet hoi-  
kistuvat senteissä. Sellaista lupaa  
infrapunaan ja radioaaltojen te-  
hoon perustuva, selluliittia poista-  
va vartalonkiinteityshoito.

Uskoisiko moista? Lupaus hou-  
kuttelee, sillä jos talven onkin voi-  
nut uskotella itselleen, ettei sellu-  
liittia ole, keväällä on pakko tun-  
nustaa: tässä eivät nyt kotikonstit  
tepsi. Peliin on pistettävä huippu-  
teknologiaa.

Kohta huomaan loikovani hoito-  
pöydällä ja hoitajani Enni kartoit-  
taa tilanteen. Hänen arvionsa mu-  
kaan kuntoon pannaan koko paketi:  
peppu, reidet, vatsa ja käsivarret.  
Sitten hän ottaa esiin salaisen  
aseen, silitysrautaa pienemmän  
laitteen, jonka pohjassa on pikku-  
rullia ja niiden keskellä infrapuna-  
säde. Sillä hän alkaa käydä läpi on-  
gelma-alueita edestakaisin höylä-

*Kolmostehoa  
kestää vain  
hampaat irvessä.*

ten, voidetta avuksi käyttäen.

Laite paitsi rullaa myös imee  
ihoa. Siinä on kolme eri tehoa ja  
yleensä hoito aloitetaan pienim-  
mällä. Mitä muhkuraisempi iho  
on, sitä herkempi se on kivulle ja  
imuteholle. Kolmostehoa kestää  
ensimmäisellä hoitokerralla vain  
hampaat irvessä.

Enni selittää, että infrapuna-  
valo lämmittää ihonalaista kudosta  
ja käynnistää rasvasolujen aineen-  
vaihunnan sekä pienentää niitä, ja  
siksi iho muuttuu sileämmäksi.  
Hierova, alipaineeseen perustuva  
imurillaus parantaa verenkiertoa  
ja vähentää nesteen kertymistä  
kudoksiin. Okei, katsotaan!

Hoidon edetessä iho alkaa  
puskea hikeä ja sen pyyhkimiseen  
tarvitaan froteepyhye. Kahden  
tunnin sytyttelyn jälkeen hoito  
viimeistellään selluliittivoiteella,  
joka saa ihon tuntumaan ensin jää-  
kylmältä ja sitten kuumalta.

### Entäs tulokset?

Hoitosession jälkeen tuntuu het-  
ken siltä, kuin olisi tehnyt suuren-  
kin kuntosuorituksen. Vessassa  
pitää juosta vielä vuorokausi hoi-  
don jälkeen, sillä onnistuessaan se  
saa nesteet liikkeelle. Illalla vaaka  
näyttää kahta kiloa vähemmän kuin  
aamulla. Taputtelen tyytyväisenä

## KENELLÄ?

Selluliittia on lähestul-  
koon kaikilla naisilla, eikä  
sitä pidä sekoittaa ylipai-  
noon. Painonsa kanssa  
kamppailevilla ei ehkä  
ole selluliittia ollenkaan,  
kun taas hyvinkin hoikal-  
la sitä voi olla paljon.

reisiäni; iho on pehmeä kuin vau-  
van pylly ja näyttää sileältä.

Mutta tämä on vasta alkua, sillä  
parhaan lopputuloksen saa, jos ot-  
taa kuuden tai jopa kahdentoista  
hoitokerran sarjan. Jakson jälkeen  
ylläpitohoitoja suositellaan kol-  
men kuukauden välein.

Itse kävin hoidossa kahdeksan  
kertaa ja iho sieti sitä joka kerran  
paremmin. Lopulta en edes huom-  
annut, kun Enni pisti täydet teh-  
ot päälle ja höyläsi pakaroi-  
ta pienemmäksi.

Hoitoja tehostakseni muutin  
myös ruokailutottumuksiani ja  
lisäsin liikuntaa. Iltaisin voitelin  
kuuliaisesti ongelmapaikkoja kyl-  
möttävällä ja kuumottavalla sellu-  
liittivoiteella. Ennin mielestä kä-  
sittely tehoi minuun hyvin, hän

>>

Selluliittivoiteiden pointti on se, että  
niitä levitetään iholle jatkuvalla syötöllä.  
Muista levitys aamuin illoin kunnon rons-  
kein hierontaliikkein. Yksi tämän hetken  
tehokkaimmista aineista on ehdottomasti  
rasvaa polttava kofeiini.



**Guinot Re-  
newing -ras-  
kausarpivoide**  
vahvistaa ja  
kiinteyttää ihoa  
estäen ja häivy-  
tän raskausar-  
pia, 73 €.

**Kosteuttava  
Lancômen  
Slimissime 360  
-vartalon linjoja  
muokkaava  
selluliittivoide**  
myös jättää  
ihon tasaisem-  
man näköiseksi  
helmiäisen  
avulla, 55 €.



**Nestekiertoa  
edistävää Lume-  
nen Spa Detoxi-  
fying -seerumia**  
hierotaan iholle  
ennen vartalo-  
voiteita, 17,90 €.

**Vichyn Cellu-  
destock -voiteessa on  
kofeiinia, 26 €.**



**Kofeiinia  
sisältävä  
Avonin Anew  
clinical laser  
shape -sel-  
luliittivoide**  
myös viilen-  
tää, 30 €.



**Biothermin Celluli  
laser slim code -hoi-  
kentava voide** sisäl-  
tää myös kofeiinia,  
65 €. Biothermin  
Celluli shaker -hie-  
rontalaite tehostaa  
voiteen vaikutusta.  
Sen saa kahden  
Biothermin vartalo-  
tuotteen ostaja.



**Ihoa kiinteyttävä  
ja kosteuttava  
vartalo-  
voide**  
täydentää sel-  
luliittituotteita.  
**Diorin Svelte Bo-  
dy hydrating and  
firming -vartalo-  
voide, 59,90 €.**

