



Mascne Massage

Veel cliënten hebben tegenwoordig weer acne, ook als ze boven de 25 jaar zijn. **“Dit nieuwe fenomeen ontstaat door het dragen van een mondmasker”**, aldus Marjon Geschiere, trainer bij Beautytrainingen. “Gelukkig biedt de Mascne Massage uitkomst. Het is een combinatie van lymfedrainage, ontspannende technieken en een peeling met kruiden en vruchten uit de Amazone van Zuid-Amerika.”

“Natuurlijk mag je op de acne zelf niet masseren”, aldus Marjon. “Maar als je tijdens de behandeling met voorzichtige handgrepen de circulatie op de niet aangedane delen aanzet, dan stimuleer je door deze combinatie de genezing van wondjes op de kin, wangen en rond de mond. Daardoor zal je cliënt minder hinder ervaren van deze ontsierende en pijnlijke ontstekingen.”

ACNE MECHANICA

Sommige vormen van acne ontstaan door uitwendige factoren, zoals door wrijving van een mondmasker. Marjon: “Door de mondbewegingen die je maakt als je praat, ontstaat irritatie. Achter het masker blijft het warm en vochtig waardoor een broeierige omgeving ontstaat. Je kunt niet het advies geven om maar geen maskers meer te dragen. Toch zijn er wel algemene tips die helpen bij deze acne mechanica, zoals het zeer regelmatig

wisselen van een papieren mondkapje en het vaak wassen van een stoffen exemplaar.” Een peeling thuis en in het instituut bieden ook soelaas, zeker in combinatie met verzorgende producten en de massage. Het voordeel van een massage is dat het daarnaast stress vermindert, wat een van de verergerende oorzaken kan zijn van acne.

AFVOEREN

Het doel van de Mascne Massage is het kalmeren van de huid. Marjon: “Vandaar dat je de afvalstoffen van de lymfe- en bloedbanen wilt afvoeren zodat de herstellende voedingsstoffen de huid beter kunnen bereiken. Om dat te bewerkstelligen start je op de profundus, net onder het oor.”

HOOFDHUID

Marjon begint met lekkere kalmerende en ontspannende grepen op slaap en voorhoofd (foto 1): met beide handen zo veel mogelijk

aangesloten geeft ze intermitterende druk. Deze is stevig en rustig: ze laat vier maal de druk langzaam toe- en afnemen. Op foto 2 geeft ze met de vingertoppen van beide handen stevige draaibewegingen op de hoofdhuid.

DRUKPUNT

Met de duimdruktechniek pakt de trainer met de toppen van haar duimen de blaasmeridiaan aan, vanaf blaas 1, blaas 2 door tot aan de haargrens (foto's 3 en 4). Dan volgt een pulserende drukpuntmassage van het dunne darmpunt (foto 5). Nadat ze eveneens het dikke darmpunt heeft aangepakt, geeft ze druk op het huidpunt op het oor (foto 6).

DECOLLETÉ

Vanuit de lymfedrainage zijn de rotaties met de gehele duimmuis van belang. Marjon: “Je strijkt vier maal rustig van de Profundus naar



de terminus: van achter het oor, langs de hals tot aan het sleutelbeen (**foto's 7 en 8**.) En op **foto 9** laat ze stevige effleurages zien waarbij de wijs- en middelvinger in drie banen weer van de profundus naar de terminus gaan. "Let er hier op dat je de schildklier ontwijkt."

OKSEL

Op **foto 10** zie je knokkelrotaties in beide oksels. Dit om daar eveneens de vaten te openen en een betere afvoer mogelijk te maken. "Ook nu richt je je weer op de profundus en terminus om de grotere lymfeknopen te openen." Dan volgen vanuit het midden van het decolleté met de totale hand pompende bewegingen richting de oksels. Dat wordt weer gevolgd door een knokkelrotatie in de oksels.

PEELING

Op de acne zelf wil je volgens Marjon niet mechanisch peelen. "Breng het op de aangedane huid ook niet roterend op, want dan kan de aangedane huid nog verder open geschuurd worden. Voorzichtig deppend met de kwast opbrengen is het beste (**foto 11**). De werking van de peeling is dan enzymatisch waarbij de werkzame bestanddelen van de kruiden zorgen voor een dieptereiniging en daarna in de loop van de dagen voor huidvernieuwing. Het is wel zaak dat de cliënt thuis de huid beschermt met

verzorgende producten, net als dat deze de eerste weken erna niet in de zon mag komen. Het advies is om de gehele behandeling – inclusief de massage – preventief eenmalig aan te bieden en als therapie in kuurvorm."

Voor meer info:

www.beautytrainingen.nl/peelings.

WHITE WILLOW

Voordat Marjon met de massage start, mengt ze de verschillende werkzame stoffen tot een peeling: "Zo wordt onder meer White willow gebruikt. Dit extract werkt ontstekingswerend, antiseptisch, bloedzuiverend, pijnstillend en adstringerend. Dit kruid ondersteunt daarnaast de werking van het gepatenteerde Renegrape." Zij vertelt dat dit echt een koninklijke werkstof is: "Al in de zeventiende eeuw gebruikten dames in het Franse hof van Lodewijk XIV wijn op hun gezicht om zo hun huid soepel en jong te houden. Tegenwoordig is bekend dat de voordelen van rode wijn worden veroorzaakt door een groep van natuurlijke zuren die behoren tot Alpha Hydroxy Acids (AHA). Het stimuleert celvernieuwing en heeft een peelende werking." Marjon geeft aan dat de Bio Peeling al toegepast werd voordat Mascne zijn intrede deed: "Het wordt al jaren gebruikt voor pure huidverbetering, ook voor cliënten met huidproblemen of met een iets onrustige huid. Het blijkt zelfs een perfecte anti-aging behandeling te zijn omdat het de huid preventief gezond en stralend houdt."

Onder de abonnees van ESTHÉ verloot Beautytrainingen het nabehandelingsserum 'Herbal Recovery Concentrate' wat je ook los kunt inzetten bij een beschadigde huid. Dit bevat een werkstoffencomplex om de huidbarrière te versterken en de zuurstofcirculatie in de huid te verbeteren waardoor de huid sneller herstelt. **Stuur een mail naar actie@esthonline.nl o.v.v. Piura.**

VOEDING

Marjon heeft in haar werk als schoonheidsspecialist gemerkt dat acne door zuivel en snelle suikers eerder ontstaat en dan vaak een ernstigere vorm aanneemt: "Daarom adviseer ik ook bij de Mascne om zo min mogelijk melkproducten en snelle suikers te nuttigen." Ze vervolgt: "Daarnaast is natuurlijk een gezonde leefstijl van groot belang: voldoende slaap en beweging, genoeg vocht en ontspanning en veel groente en twee stuks fruit per dag."

NIEUWS OVER DE P. ACNES

De Propionibacterium acnes (P. acnes) is een veel voorkomende bacterie op de huid die te vinden is in huidporiën en haarzakjes. Hij speelt een belangrijke rol bij acne, maar volgens nieuwe inzichten werkt hij eerder positief dan negatief. Hij eet talg, maar wordt om zeep geholpen door schadelijke huidbacteriën en door gebruik van te veel reinigingsmiddelen. Marjon: "Uit recent onderzoek blijkt dat de P. acnes een goedaardige huidbacterie is die er juist voor zorgt dat schadelijke bacteriën niet in de poriën kunnen binnendringen." (Zie www.microopia.nl/nl/ontdek/microbiologie/propionibacterium-acnes.)

tekst: Lizet van Triet / foto's: Get the Picture Fotografie