



Foto: L'Oréal

Hvilken (hud)type er man(d) egentlig?

Mange mænd er ikke rigtig klar over, hvilken hudtype de egentlig har. Og det er en skam, for der er masser at hente i hudpleje tilpasset din hudtype. Men hvilke produkter passer egentlig til hvilken hudtype?

Af Mikkel Hyllebrandt

Spørg ikke, hvad du skal gøre for din hud, men hvad din hud skal gøre for dig... Det kan godt være det lyder lidt af statsmand, men det er faktisk en meget god strategi. At spørge ind til, hvordan manden vil have sin hud til at se ud. For selv om han bruger creme hver dag, så kan det godt være, han skyder forbi sin egentlige hudtype – helt uden han selv ved det. Eller omvendt: Hvis han først er ved at begynde med hudplejen, så er det en god idé at få bestemt hans hudtype, så han kan navigere gennem hudpleje til mænd, der efterhånden har vokset sig til lidt af en jungle.

Hudtypen... ... og en guide til pleje af herrernes hud.

Kombineret hud – den mest udbredte hudtype, da det er de færreste former for hud, der er helt homogene.

Hudens tilstand:

Hans hud har tit store synlige porer, den kan både være tør og lettere fedtet og er tit en hud i ubalance. Kombineret hud er ofte også let at irritere, da den i forvejen ikke er helt i balance. Det betyder, at den reagerer stærkt på store temperaturforandringer med rødmen og irritation, eller at han fra det ene øjeblik til det andet får fedtet eller tør hud.

Tips til pleje:

Tænk pH-neutralt og ikke så parfumerede produkter, så han kan fjerne skidt og snavs uden at irritere – sæbeholdige produkter er bandlyst! Cremerne til normal hud rækker ofte, og dertil kan han bruge enkelte trouble shooters, der afhjælper skinnende hud eller giver ekstra fugt til tørre punkter. En mild peeling et par gange om ugen er godt, og også gerne en balancerende ansigtsmaske eller en rensende maske, som kan bruges, hvor huden er fedtet.

Produkteksempler:

Nivea for Men DNAge Face Cream
Shiseido for Men Deep Cleansing Scrub
Clarins Men Revitalizing Gel

Fedt hud – forekommer for det meste i ungdommen, hvor huden gennemgår de største forandringer.

Hudens tilstand:

Fedt hud er resultatet af en overproduktion af hudtalg, der lægger sig på overfladen af huden som en glinsende hinde. Fordi huden er så fedtet, har den også tendens til urenheder og betændelsestilstande, og så har den tit synlige porer og kan virke lidt grov. Fordelen ved fedtet hud er, at den er robust og gennemfugtet, så hvis manden fx har eller har haft fedtet hud, så lader rynkerne vente på sig.

Tips til pleje:

Huden skal renses grundigt morgen og aften – gerne med et let peelende rensprodukt, så der ikke kan danne sig urenheder. Det anbefales at bruge produkter til fedtet hud, der afhjælper glinsende hud, der naturligvis skal være oliefri, samt en ansigtsscrub en gang om ugen, da huden eksfolieres nok til hverdag. Desuden hjælper en dybderensende maske til at udtørre overfladebumser.

Produkteksempler:

L'Oréal Men Expert Pur & Mat fugtighedsgel
Vichy Normaderm ProMat Non-Stop Matte Effect Hydrating Care
Clinique Skin Supplies for Men Scruffing Lotion 3.5

Tør hud – kommer for det meste med alderen, hvor huden ikke er så god til at producere naturligt hudfedt.

Hudens tilstand:

Huden er ofte tør og spændt, og der kan opstå tørre, endda skællende punkter. Da tør hud ikke har nok naturligt hudfedt, bliver huden hurtigere 'udpint', og linjer og rynker ses meget tydeligt – og desværre i en tidlig alder.

Tips til pleje:

Huden skal have masser af fugt og gerne af den fede slags, som den højst sandsynligt vil slubre i sig. Spar på rensprodukter, og brug milde uparfumerede af slagsen. Brug cremer til tør hud, der er federe end ellers. Det er bedst at smøre huden ind, når den stadig er fugtig efter badet, eller spray termalvand eller skintonic på huden, så der indkapsles ekstra fugt i huden. Overvej også en hudolie, der er fænomenal til natlig fugtpleje, og en fugtende maske et par gange om ugen. En scrub til ansigtet fjerner tør hud, så cremerne bedre kan trænge ind i huden.

Produkteksempler:

L'Oréal Men Expert Hydra Sensitive Face Cream
Avène Eau Thermale Thermal Water Spray
Cattier Fresh Cleansing Gel (soap free)

Normal hud – selv om den kaldes normal, så er det faktisk ikke så normalt endda.

Hudens tilstand:

Huden er fast, glat og generelt sund uden tendens til uren-

heder. Dog betyder det ikke, at man skal lade være med at pleje den, da den har bedst af at være velplejet og godt beskyttet, så man har sin gode hud hele livet. Det er nemlig i ekstreme situationer, såsom varme, kulde eller stærk sol, hvor den normale hud kan komme ud af balance.

Tips til pleje:

Følg ganske enkelt alle de gode rutiner – start og slut dagen med at rense huden, brug fugtighedscreme og solcreme, skrub huden et par gange om ugen, anvend en fugtende maske en gang hver eller hver anden uge.

Produkteksempler:

Biotherm Homme High Recharge Non-Stop Moisturizing Anti-Fatigue Concentrate
REN Jojoba Micro Bead Purifying Facial Scrub
Lancôme Men Age Fight Yeux

God hudpleje til hele kroppen

Husk, at det, der er godt for ansigtet, også er godt for kroppen. Så forkæl kroppen med body lotion og en body scrub en gang i mellem. Desuden er det også en god idé at bruge specielle produkter til barbering af kropsbehåring – især når det gælder fjernelse af intimbehåring skal der gås varsomt frem.

Produkteksempler:

BYB Below Your Belt
MILK Body Wash
Molton Brown Black Pepper Body Bar

