

Finneille tulee häätö

VUOSIA FINNEJÄ VASTAAN TAISTELLUT NORA SAI VIHDOINKIN APUA. LÄÄKITYS ON VAHVA, MUTTA TEHOKAS.

✍ Minna Huuhka 📷 Tommi Tuomi

ON TURHAUTTAVAA hakea apua alati pahenevaan akneen sitä koskaan saamatta. Edellisellä lääkärireissulla Noran naama kukki ja helotti punaisena, posket olivat täynnä arpia. Lääkärin mielestä Noran akne ei ollut paha. Hän määräsi antibioottikuurin ja finnivoideita – taas. Kunpa niistä vain olisi ollut jotain apua. Noralla alkoi usko loppua, kunnes Suosikki vei hänet Ihoakatemiaan ihotautilääkäri Marge Uibun vastaanotolle.

– Noralla on vaikea sisäsyntyinen ihosairaus. Noran aknen hoito on myöhässä, koska hänelle on jo ehtinyt tulla poskiin pahoja arpia, Uibu kertoo.

Koska Nora oli jo kokeillut kaikkia mahdollisia hoitomuotoja, Uibu määräsi hänelle isotretinoinikuurin. Roaccutan-nimellä parhaiten tunnettu lääke tekee melko suurella varmuudella lopun aknesta – usein lopullisesti.

Ja Nora haluaa päästä aknestaan eroon. Häntä ei häitää, että tehokkaalla lääkkeellä saattaa olla järeät sivuvaikutukset. Iho kuivuu ja limakalvojakin voi aristaa. Noran täytyy koko kesän ajan voidella itseään korkeilla suojakertoimilla. Maksa on kovilla, siksi alkoholin käyttö täytyy pitää kurissa. Noran täytyy käydä myös raskaustestissä ja olla superhuolellinen ehkäisyn kanssa, koska lääke aiheuttaa vakavia sikiövaurioita.

Huolellisten laboratoriokeiden,

APTEEKIN HYLLYSTÄ LÖYTYY HYVIÄ TUOTTEITA, MUTTA NORALLE NE EIVÄT TARJONNEET LOPULLISTA RATKAISUA.



lääkärikäynnin ja äidiltä saadun lupalapun jälkeen Nora pääsee viimein aloittamaan koko elämänsä mullistavimman lääkekuurin. Kun akne on parantunut, alkaa arprien hoito. Marge Uibu lupaa, että keinot kyllä löytyvät.

Kun Nora poistuu Ihoakatemian ovista kadulle, hän on helpottunut. Vihdoinkin jotain alkaa tapahtua. Joskus hänkin voi katsoa peiliin tyytyväisenä. Milloin Nora uskaltaa mennä ihmisten ilmoille ilman meikkiä?

– No siihen voi mennä vähän aikaa, Nora tuumaa, mutta hymyilee kuitenkin.X

AKNENTORJUNTA ON KÄYNNISSÄ! SUOSIKKI AUTTAA TIIAA JA NORAA AKNEN HOIDOSSA. SEURAA TYTTÖJEN FINNIEN KATOAMISTA LOPPUVUODEN AJAN SUOSIKISTA.

Akne korventaa sielua

TOISET SÄÄSTÄVÄT RAHAA
ULKOMAANMATKOKIIN,
MINÄ SÄÄSTÄN IHOONI,
SANOO NORA, 17.

✍ Minna Huuhka 📖 Marjo Tynkkynen

– KADEHDIN IHMISIÄ, joilla iho on sileä kuin vauvan peppu. Kun joku valittaa yhtä finniään, tapaan naureskella ”Ai yksi finni! No kato mun naamaa!”, sanoo Tiia, 21.

Tiia ja Nora ovat kärsineet aknesta yläasteajoista lähtien. Nora kokee aknen ulkonäköön liittyvänä fyysisenä ja henkisenä sairautena. Tiia sanoo jännittävänsä työelämään siirtymistä ihonsa takia: akne ei tee kovin uskottavaa tai aikuista vaikutelmaa.

– Unelmani on saada finnitön, rasvaton ja arveton iho. Olisi ihanaa voida olla riippumaton meikistä. Nyt en voisi missään nimessä mennä kouluun ilman meikkiä. Kukaan, edes äitini, ei ole nähnyt ihoani ilman meikkiä peittämässä punottavia arpia ja jättimäisiä näppylöitä, Nora paljastaa.

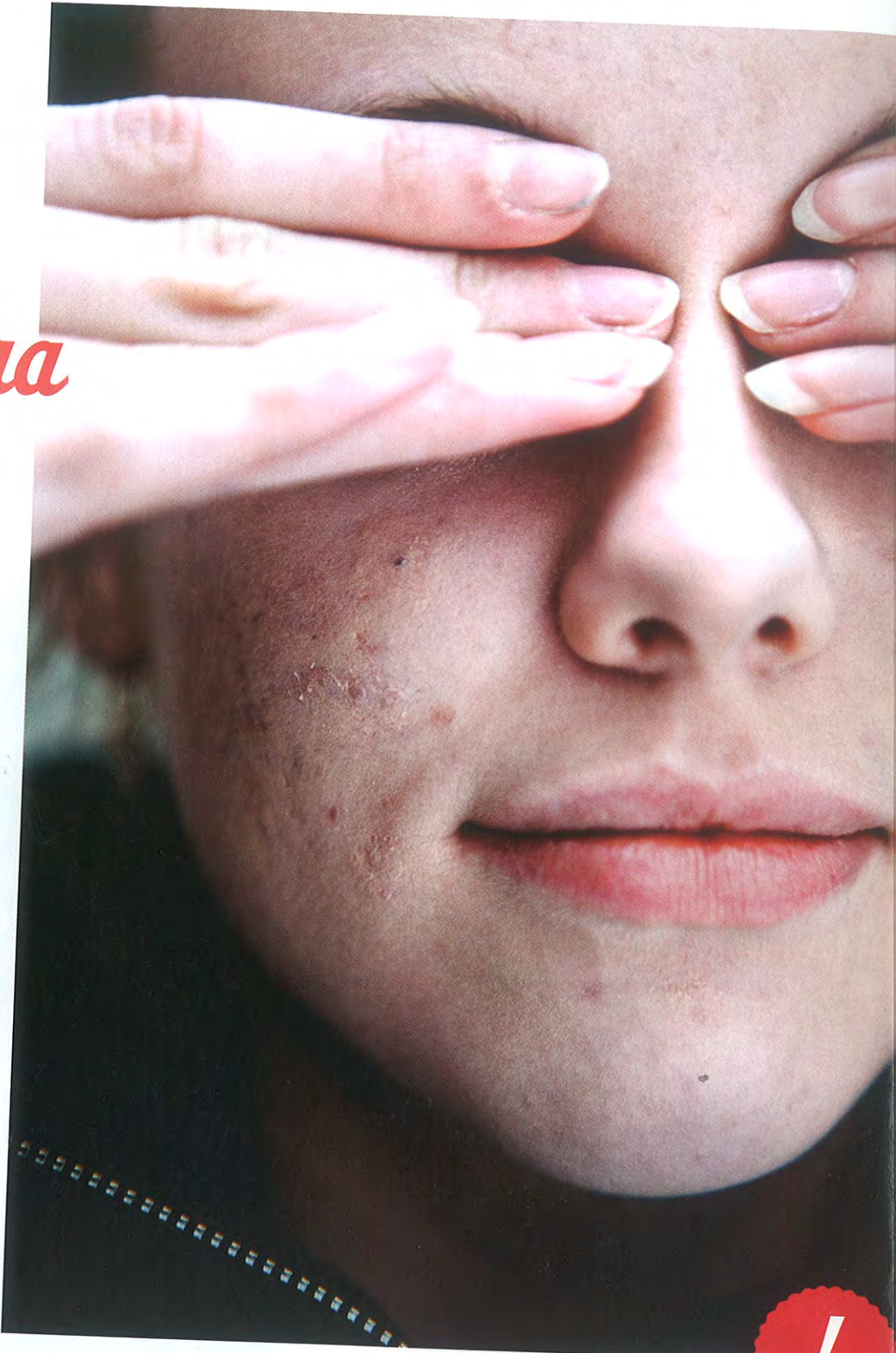
Nora on varma, että hänen ihoaan ei voi parantaa millään ulkoisesti käytettävillä aineilla: olisihan se jo nähty, jos niistä olisi jotain apua. Monesta tuotteesta on enemmänkin ollut haittaa kuin hyötyä. Tytöt ovat kokeilleet lähes kaikkea: sinkkitabletteja, antibioottivoiteita, antibiootteja, e-pillereitä, luontaistuotteita, etanaseerumia, silkia camelia -öljyä, kosmetologeja, solariumia, apteekin tuotteita ja jopa hyvin kyseenalaisia menetelmiä.

– Mummi höpötti, että oli itse nuorena kerran polttanut selkensä auringossa, eikä hänellä sen jälkeen ollut finniä. Päätin rippileirilläni käräyttää

itseni niin pahasti, että ne katoaisivat. Mutta eivät ne kadonneet, Tiia kertoo.

Noraa ärsyttää valtavasti, että ihmiset – lääkäreistä lähtien – vähättelevät hänen ongelmaansa. Nora ja Tiia ovat niin kyllästyneitä ihoonsa, että olisivat valmiita tekemään mitä vain paremman ihon toivossa.

– Olen miettinyt vaihtoehtoja ja vaihtaisin akneni vaikka heti astmaan, huonoon näköön tai pahoihin selkäkipuihin, Nora tilittää.X



AKNENTORJUNTA ALKOI.
SUOSIKKI AUTTAA TIIAA JA
NORAA AKNEN HOIDOSSA.
SEURAA TYTTÖJEN FINNIEN
KATOAMISTA LOPPUVUODEN
AJAN SUOSIKISTA.



Näppyä ja paisetta

AKNE ON IHOTAUTI, JOKA NÄKYÄÄ. ONNEKSI SIITÄ VOI PARANTUA.

✍ Minna Huuhka ✍ Tomi Malkki

AKNEGEENIÄ EI ole löydetty, mutta ainakin hormonitoiminta, perintötekijät ja ruokavalio voivat olla syyäitä runsaaseen talineritykseen ja naaman kuintaan. Olipa akne lievä tai aivan järkyttävä, siihen on olemassa tehokkaita hoitoja. Jos haluaa naamansa kuntoon, pitää olla kärsivällinen: ihmeitä ei tapahdu kahdessa viikossa, eikä aina kahdessa kuukaudessakaan.



AKNENTORJUNTA ALKOI.
SUOSIKKI AUTTAA TIIAA JA NORAA AKNEN HOIDOSSA. SEURAA TYTTÖJEN FINNIEN KATOAMISTA LOPPUVUODEN AJAN SUOSIKISTA.

KOMEDO-AKNE

Komedoakneiho on rasvainen ja kutiava. Varsinkin otsalla ja ohimoilla kukkii pieniä musta- ja valkopäitä.

Hoito: Puhdista iho hyvin aamulla ja illalla. Ihoa kuorivat puhdistusaineet pitävät ihohuokoset kunnossa. Iho tarvitsee kosteutta, mutta välttä liian rasvaisia voiteita. Apteekista ja lääkäriltä saa seuraavia lääkkeitä komedoakneen: bentsoyyliperoksidigeelit ja -voiteet, reseptillä saatavat atselaiinihappo-voide, adapaleenigeeli ja tretinoiini-voide sekä klindamysiini, joka on ulkoisesti käytettävä antibiootti.

MÄRKÄ-NÄPPYLÄINEN AKNE

Mustapäiden ja valkopäiden lisäksi iholle puskelee isoja, kipeitä, tulehtuneita ja punoittavia näppylöitä. Finneistä saattaa jäädä arpia ja niitä on vaikea peittää.

Hoito: Komedoaknen hoito-ohjeet ja lääkkeet purevat myös märkänäppyläiseen akneeseen. Jos isoja finnejä on enemmän, saattaa apu löytyä sisäisesti käytettävistä antibiooteista, yleensä tetrasykliineistä. Tytöt voivat saada apua myös tietyistä e-pillereistä, jotka vähentävät talineritystä. Kun finnit ovat todella pahoja ja niistä jää arpia, voidaan turvautua järeimpään mahdolliseen hoitomuotoon, isotretinoiiniin.

KYSTINEN AKNE

Kun akne on todella paha, koko naama punoittaa ja kukkii. Finnit ovat isoja, kipeitä ja tulehtuneita – ja niitä on paljon.

Hoito: Vaikeakin akne voi parantua sisäisesti otettavien antibioottien ja paikallishoidon yhdistelmällä. Järeä isotretinoiini ei koskaan ole ensisijainen hoitomuoto, mutta siihen siirrytään pian, jos tuloksia ei synny. Arviolta 2/3 aknepotilaista paranee pitkäaikaisesti isotretinoiinihoidolla.X

Lähteet: Ihotautilien erikoislääkäri Tapio Rantanen, Duodecim Terveyskirjasto

Finninaamalla ei ole helppoa

AKNE AIHEUTTAA
KÄRSIMYSTÄ MYÖS
KORVIEN VÄLISSÄ.

✍️ Minna Huuhka 📷 iStockphoto

AKNESTA ON VAIKEA keksiä mitään positiivista sanottavaa. Huono iho ei koskaan ole kuulunut kauneusihanteisiin, eikä punoittavan näppyyläinen naama ole kovinkaan toivottava tapa erottua massasta. Voisi kuvitella, että huonosta ihosta kärsiminen kasvattaa luonnetta – mutta mihin suuntaan?

– Huono iho on varmasti kova koetus nuorelle, joka on ujo ja epävarma. Jos on huono itsetunto, ei akne ainakaan paranna sitä, koulupsykologi **Minna Taipale** sanoo.

Taipaleen mukaan akne ja sen mukanaan tuomat ulkonäköpaineet voivat olla koulukiusaamisen veroinen ongelma. Pahimmillaan akne voi lisätä riskiä sairastua masennukseen. Siitä voi tulla kaiken alleen jyräävä ongelma.

– Akne nakertaa itseluottamuksestani pienen palan päivittäin. Pidän itseäni kohtalaisen kauniina ja pidän vartalostani. On vain yksi asia mitä itsessäni muuttaisin: akne pois. En ole ikinä seurustellut ja tiedän, että syy on akne. Ajatuksiini ei jää tilaa pojille, koska iho vie liian suuren huomion, **Nora** avautuu.

AKNE USEIN SISÄSYNTYINEN

Vaikka akne ei olekaan henkeä uhkaava sairaus, vaikuttaa se arkeen olennaisesti. Aknesta kärsivä ei lähde ulos katsomatta peiliin – ja lisäämättä vielä vähän peitepuikkoa.

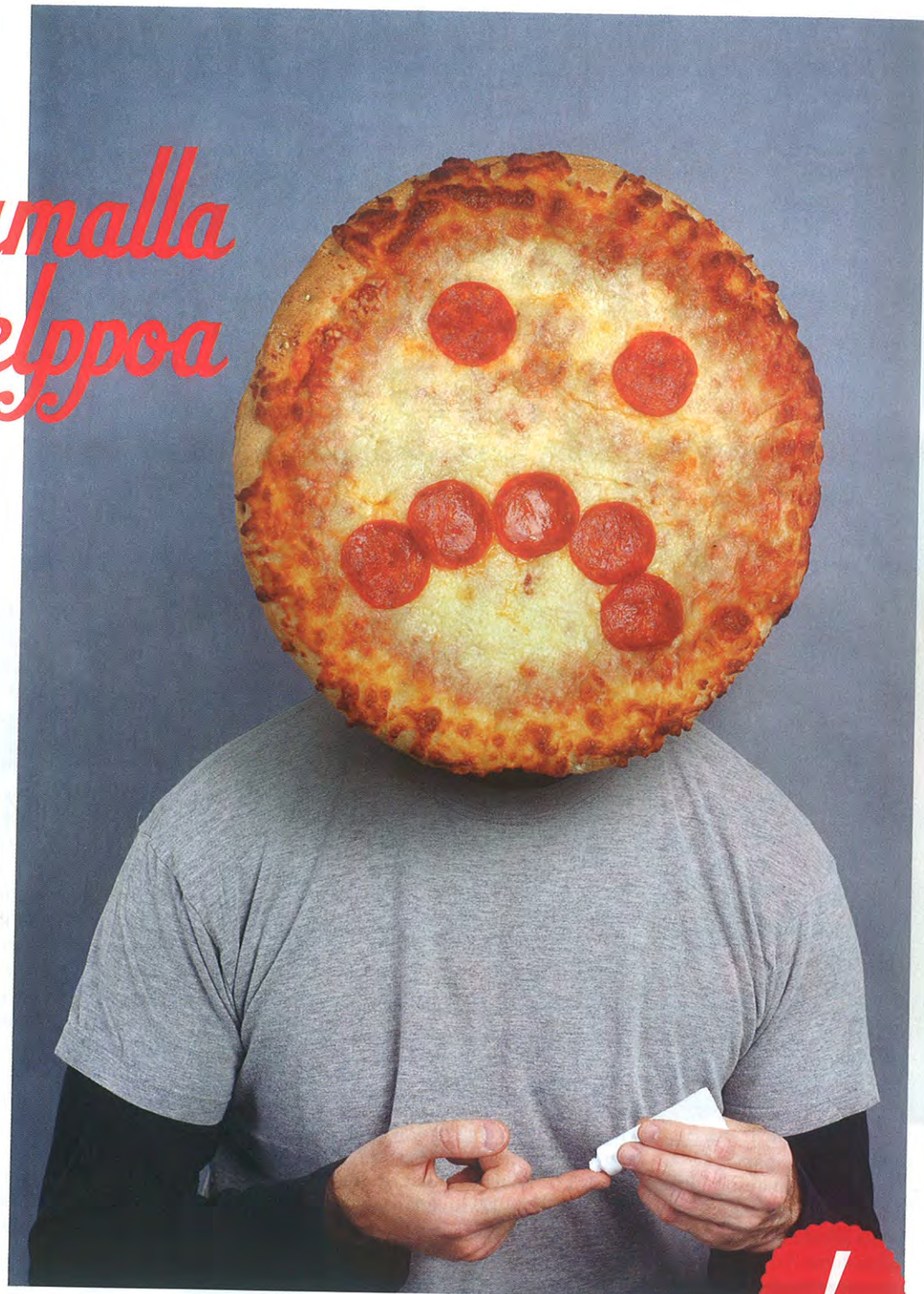
– En lähde yleisille paikoille ilman meikkiä, varsinkaan ilman meikkivoitetta. Meikkaan myös kouluun joka päivä, **Tiia** kertoo.

– Kukaan, edes äitini, ei ole nähnyt ihoani ilman meikkiä. Kesämökkilläkin meikkaan finnit piiloon, **Nora** paljastaa.

Jotkut väittävät aknen olevan seu-

rausta huonosta hygieniasta, vääristä elämäntavoista, finniä puristelemisesta tai liiallisesta karkinsyönnistä. Usein akne on kuitenkin sisäsyntyinen tai vähintäänkin hormonitoiminnasta aiheutuva ihosairaus, jonka syntyyn tai syntymättömyyteen ei voi itse juurikaan vaikuttaa. Moni syyttäviä kommentteja laukova sukulaistäti ei tule ajatelleeksi, että akne aiheuttaa ihan tarpeeksi henkistä kärsimystä pelkällä olemassalollaan.

– Sisimmässäni tiedän, ettei akne tee minusta huonompaa ihmistä, vaikka joskus siltä tuntuukin, **Nora** sanoo. X



AKNENTORJUNTA ON KÄYNNISSÄ! SUOSIKKI AUTTAA TIIAA JA NORAA AKNEN HOI- DOSSA. SEURAA TYTTÖJEN FINNIEN KATOAMISTA LOPPU- VUODEN AJAN SUOSIKISTA.

Akne nujerrettiin oikealla hoidolla

NORA OLI JÄTTIFINNIEN UHRI, JA TIIAN IHO OLI PELKKÄÄ KOPPURAA. NYT TYTÖT HYMYILEVÄT KILPAA PARANTUNEIDEN KASVOJENSA KANSSA.

✍ Minna Huuhka 📷 Tommi Tuomi

KUN KATSOO hymyilevää Noraa, ei uskoisi, että vielä vuosi sitten hänellä oli aivan kamala akne. Suuria, syviä ja kipeitä finnejä kasvoi varsinkin poskissa. Iho oli rasvainen, punoittava ja epäsiisti. Nora oli kokeillut kaikkea – paitsi lääkettä, jonka määräämistä moni ihotautilääkäri panttasi.

Onneksi Nora osallistui Suosikin aknentorjuntakampanjaan: vihdoin alkoi tapahtua. Ihoakatemian ihotautilääkäri määräsi Noralle Roaccutan-lääkettä, joka näyttää vieneen voiton finneistä ilman sen vakavampia sivuvaikutuksia. Kuurin aikana Noralla on ollut kolme finniä ja nekin pieniä ja harmittomia entisiin paukkuihin verrattuna. Itseluottamus on parantunut samaa vauhtia ihon kanssa.

– En ajattele ihoani yhtä paljon kuin ennen, enkä ahdistu ulkonäöstäni samalla tavalla, Nora sanoo.

Meikkaamatomana Noraa ei silti edelleenkään nähdä. Suosikin meikkaaja Kaarina Kokkonen antaisi jo vaiputtavan tuomion kaikkein peittävimpien meikkivoiteiden osalta. Tästä lähtien riittää ohuempi peitekerros.

TIIA SAI AVUN KOSMETOLOGILTA

Kokeiltuaan lukuisia ihonhoitosarjoja, e-pillereitä, ihonsa kääntymistä



auringossa ja erinäisiä luontaistuotteita Tiia oli jo luovuttua. Ärsyttävä akneiho ei lähtenyt mihinkään, vaikka ikää oli päälle 20 vuotta. Lopulta Tiia ei enää

uskonut hoitotuotteisiin, vaan puhdisti kasvojaan lähinnä vedellä. Hän ei kaivannut kosteusvoiteita, mutta jotain kukkivalle ja koppuraiselle iholle piti tehdä.

Samaan aikaan Suosikki etsi koe-

henkilöä aknentorjuntaohjelmaansa kokeilemaan, voiko kosmetologi pelastaa aknesta kärsivän. Tiia pääsi hakemuksensa perusteella kauneushoitolan tuolille hoidattamaan naamaansa – ensimmäistä kertaa elämässään. Jo muutama käynti Kauneushoitola Min-

na Vejanderilla tuotti tulosta. Nykyään Tiia noudattaa kiltisti kosmetologin ohjeita ja käyttää sopivia ihonhoitotuotteita.

–Ihoni on tasaisemman värinen, ja finnit paranevat nopeammin. Kesällä olin jopa ilman meikkiä uimarannalla, hän iloitsee.X

NORA (VAS.) JA TIIA OSALLISTUivat SUOSIKIN AKNENTORJUNTA-KAMPANJAAN.

ÄLÄ TURHAAN VIIVYTÄ IHOTAUTILÄÄKÄRILLE TAI KOSMETOLOGILLE MENOA.

AKNENTORJUNTA LOPPUSUORALLA. KATSO AKNEIHON MEIKKIOHJEET JOULUKUUN LEHDESTÄ.



tyyli

Näppylät piiloon

FINNIEN PEITTELY ON HANKALAA, JOSKUS MAHDOTONTAKIN. OIKEALLA TEKNIIKALLA ONNISTUT SILTI.

Minna Huuhka asiantuntijana maskeeraaja Kaarina Kokkonen



NATURAL CODE SKIN PERFECTOR -MATTMAKEIKKIVOIDE EI TUKI IHOHUOKOSIA, KONTROLLOI KIILTÖÄ JA ON ÖLJYTÖN. 9,90 €, LUMENE.



RED NEUTRALIZER PEITTÄÄ AKNEN, COUPEROSAN, PUNASTUMISEN JA ARPIEN KALTAISET PUNAISET JA LILANPUNAISET VÄRIVIRHEET. 36,12 €, JOE BLASCO.



KOKEILE VOIMAKAS-PIGMENTTISTÄ COLOUR SHOW OFF -HUULIPUNAA. 7,80 €, RIMMEL



PUUTERISIVELIN KESTÄÄ VUOSIA, KUN SEN MUISTAA PESTÄ SÄÄNNÖLLESTI. 18,50 €, THE BODY SHOP.

MONI AKNESTA kärsivä kuuraa naamaansa armotta ja sinetöi ihohuokosensa kuivattavilla finnoiseilla. Hilseilevä iho ei näytä hyvältä. Kuivaa ihoa on vaikea saada näyttämään tasaiselta, vaikka kuinka lisäisi puuteria. Siksi myös akneihoa on kosteutettava, mutta ei kuitenkaan rasvattava.

Akneihoiselle passaa parhaiten runsaasti pigmenttiä sisältävä rasvaton meikkivoide. Valitse laadukas merkki, niin tarvitset vain ripauksen voidetta.

AKNEIHOA ON KOSTEUTETTAVA, MUTTA EI RASVATTAVA.

Mattameikkivoiteita on saatavissa lähes jokaisessa meikkisarjassa ja hintaryhmässä. Meikkivoideita ei kaadeta purkista meikkisieneen tai suoraan naamaan kilokaupalla, vaikka finnejä olisikin paljon. Vähitellen lisäämällä syntyy paras tulos.

EI LIIKAA PUUTERIA

Punaiset laikut peittyvät vihertäväsävyisillä ihon neutraloijilla. Kynänä ja

puikkona myytävät neutraloijat kannattaa lisätä meikkivoiteen päälle punoittaviin kohtiin. Jos naama on kauttaaltaan punoittava, neutralointivoide on hyvä valinta.

Arkikäytössä puuteria ei välttämättä tarvita, mutta ei sen käyttö ole myöskään pannaan julistettu. Unohtaa likaiset ja rasvaa keräävät puuteripakettien vipat: niissä muhii bakteeri poikineen. Puuterin levityksessä paras väline on laadukas, pehmeä suti. Puuteria levitetään vain ohut kerros, se ei ole finnipaiteimeikki. Paksun puuterikerroksen alla iho muhii ja tulehtuu lisää.

HUOMIO FINNEISTÄ MUUALLE

Märkiviä finnejä meikatessa pitää olla tarkkana, ettei ihon pinta rikkoudu. Mitä tulehtuneempi iho, sen tarkempana pitää olla hygienian suhteen. Syviä arpia ja suuria patteja ei saa peittoon millään. Kun ihossa on kuoppa tai kohoama, siinä näkyy väistämättä valoja ja varjoja.

Paras tapa häivyttää ongelma on hämäystekniikka. Upea silmämeikki, kirkkaanpunaiset huulet, iso hiuskoriste tai suuret kakkulat siirtävät huomion finneistä. X



ÄLÄ PURISTA!

Kun olet aikeissa puristaa valkopäisen pirulaisen naamastasi, hilitse sormesi. Märkänäppylän tai valkopään puristaminen levittää tulehdusta ihoahuokosen seinämiin läpi verinahkaan. Finni leviää ihon alle, vaikka osa tuleekin ulos. Vaarana on myös, että pienestä finnistä jää naamaan ikuinen arpi.

SUOSIKKI SEURASI KOKO SYKSYN NORAN JA TIIAN AKNENTORJUNTA-OPERAATIOTA. TULOKSET NÄKYVÄT KIRJAIMELISESTI NAAMASTA. TIIA (VAS.) JA NORA.



AKNENTORJUNTA ON PÄÄTTYNYT ONNELLISESTI! SUOSIKKI AUTTOI TIIAA JA NORAA AKNEN HOIDOSSA.

