

---

## Min krævende, besværlige, tørre og sensitive hud

Posted on May 12, 2017 by Marlene D.

Først – rigtig dejlig Bededag til jer alle. Jeg håber, at I nyder dagen. Jeg sidder lige nu ved mit arbejdsbord, som også er spise-, lego- og studiebord 🍌 Jojo, vi udnytter mulighederne ... min son sidder og hygger med at spise knækbrød (mest smørret der bliver sluppet af faktisk) og nyder at han også har fri. Sammen med mig. Det er storartet.

Jeg har længe haft dette indlæg på vej – **primært pga ulvken** og **det handler om hud der har brug for særlig opmærksomhed** enten pga fugtmangel eller tørhed, men også for at være pæn og så elastisk som det nu engang kan lade sig gøre, når man trods alt er rundet de 40. Jeg er jo langt fra den eneste med problemhud og tænker i princippet at eftersom dette stort set er laveste fællesnævner, så kan alle faktisk nyde godt af de kommende tips til gode produkter.



**Min hud har aldrig været en udfordring for.** Jeg var typen der stort set kunne teste hvad som helst og slippe afsted med det, men efter [ulvken](#), som snart nærmer sig årsdagen, så er sagen desværre en ganske anden.

### Jeg har forskellige udfordringer:

- 1. Generel fugtmangel** især på de områder, som har fået ny hud. Hudten bliver tør, strammer og folder i stil med en den der hund der ligner den er født med for meget hud.
- 2. Generel tørhed** overalt – især på de forbrændte steder og på mine lår, hvor alt den nye hud blev taget fra.
- 3. Underlige regenerering.** Arvævet opfører sig anderledes fra sted til sted og der er forskel på, hvor pænt det hele.
- 4. Hudten bliver rød eller "prikket" og virker ujævn**

Så .... de sidste 9-10 måneder har jeg prøvet tæt på en million forskellige cremer og lotioner. Overdrivelse fremmer forståelsen. Og der har været så forskelligt udbytte. Jeg synes jeg vil dele mine "vindere" med jer og tilføje lidt ord til produkterne, så I måske kan undgå at prøve lige så mange som mig. Here we go.

### Hænder

Mine hænder er medtagede – især den ene hånd og det er ikke bare at finde en god håndcreme, som kan holde lidt på fugten, blødgøre OG reparere overhuden, så jeg ikke har hænder som en på 70. Det har krævet mange – billige og dyre. Lige nu er der især to der er gode og jeg bruger dem begge dagligt.

Den første er [BIODERMA Atoderm Mains](#) som er en reparerende håndcreme. Den er intet mindre end fantastisk og jeg føler faktisk at huden er mere smidig bagefter og i længere tid. Jeg vasker altid mine hænder først og så cremen bagefter for at indkapsle lidt af fugten fra vandet også. Den kæmper endda en flot kamp mod hudtransplantatet som er ret tykt på min hånd og noget umedgørligt. Virkelig god.

Den anden er altid i min taske og er fra Matas. Den hedder [Matas Havtorn Håndcreme](#). Der er lidt solfaktor i og aktive antioxidanter. Jeg bryder mig ikke om duften af havtorn, men målt op imod effekten af den, så lever jeg med det, for den er hurtigt absorberet af huden og efterlader huden på mine hænder fugtet og elastisk. Prisen er en anden tomme op, for med de mængder jeg bruger, så har jeg ikke råd til 500kr-cremer.

### Ansigt

Jeg vil gerne lave et separat indlæg om ansigtsprodukter, men i dette indlæg vil jeg alligevel lige nævne en lille sag, som har gjort mine tørre områder i ansigtet bløde og pæne i overfladen. Især min ene kind og mit øre var lidt mere medtaget af forbrændinger end reste og strukturen var mærkelig på huden. [Ansigtssolie fra Pudderdåserne.dk](#) har neutraliseret tørheden og strukturen er væsentligt forbedret. Jeg bruger den ikke hver dag, men ca hveranden om aftenen inden creme. Helt uundværlig.

### Kroppen

En stor videnskab, men på alle de steder hvor der er tørhed, arvæv og på den meget sensitive hud på lårene, der er [Bio-Oil min absolut bedste ven](#). Jeg kunne bade i det produkt. Det virker på så mange forskellige ting og jeg kan slet ikke undvære det. Jeg bruger Bio-Oil dagligt og holder altid skarpt øje med tilbud hos butikkerne, så jeg kan spare lidt.

Næste favorit er [Sanex AtopiCare](#). Denne bodylotion er skabt til ekstra tør hud, som nemt reagerer og som er hypersensitiv. Den koster ikke ret meget og er sindssygt god. Jeg har specielt glæde af den i løbet af dagen, når jeg har brug for at tilføje lidt ekstra fugt på bryst og skuldre. Tørret hurtigt ind og er nem at fordele.

Efter bad bruger jeg kun [BIODERMA Atoderm Intensive](#), som også er til hypersensitiv hud, som bliver irriteret. Vores høje indhold af kalk i vandet herhjemme, tørrer huden ud og efter badet, kan min hud nærmest føles kloende, stikkende og meget meget irriteret. Biodermas creme lindrer med det samme og holder min hud godt smidig gennem dagen.

På de områder hvor der bare er almindelig tør hud, bruger jeg [Apotekets Bodylotion](#) og hvis der er et område som er helt tosset en enkelt dag, så bruger jeg [Archiv Creme fra Faaborg Pharma](#). Den er med lanolin og lidt længere tid om at trænge ind, men super god.

**Alle produkterne er i den "betalelige" afdeling og jeg sørger for aldrig at løbe tør.** Sanex er der for eksempel tit tilbud på i Fakta fx og Apoteket har også ofte tilbud på deres egne produkter. Ville ønske jeg kunne tilføje mit yndlingsmærke SENSAI til anmeldelserne, men økonomien har desværre ikke været til nye produkter derfra længe. Jo ... solprodukter, mere om det senere. Men klik evt på linksene inde i teksten ... så kan I også læse lidt mere om produkterne. Måske kan de findes billigere end dem jeg har fundet.

### Held og lykke med huden 🍌

Håber tipsene kunne bruges .... jeg kommer med **indlæg om solcreme og ansigtspleje** til udfordrende hud også.

Share this:



Related

