

**Til kroppen**

Med blødgørende hjælp fra mirabelleolie og kakao gør Clarins med en ny mousse-konsistens en indsats for at bidrage med luksusfølelse, når det gælder brun-uden-sol. Delectable Self Tanning Mousse SPF 15 er forbeholdt kroppen. 125 ml, 265 kr. (clarins.com)

**Airbrush**

Med en spray kan det være lettere at nå flere steder på kroppen. Cliniques Self Sun Body Airbrush Spray udvikler den solbrune farve i løbet af en time. Olie- og parfumefri. 150 ml, 195 kr. (clinique.dk)

**Økologi til ansigt og krop**

Det er de færreste selvbrunere, der dufter himmelsk, hvilket heller ikke er tilfældet med økoverdient fra The Organic Pharmacy. Der er imidlertid andre plusser som en cremefraiche-blød konsistens og resultatet af en naturtro, gylden farve. 100 ml, 399 kr. (pureshop.dk)

**Self Tan**

1

For a radiant, natural tan

2

100% natural DHA from Sugar Beet

The Organic Pharmacy

**Til ansigtet**

Wash Off Instant Glow Face fra St. Tropez er en farvet ansigtscreme, der giver omgående glød og farve, og som vaskes af igen med sæbe og vand. Kan bruges alene eller ovenpå foundation. Indeholder ikke det sukkerstof (DHA) som traditionelle selvbrunere gør. 50 ml, 155 kr. (mariashudpleje.dk)

**Slet alle spor**

Tan Detox fra St. Tropez er en kropsolie med lavendel, lemon- og hasselnøddeolie, som kan fjerne et utilfredsstillende selvbrunerresultat. For at få det bedst mulige resultat anbefales det at vente 12 timer, inden der gøres et nyt forsøg. 50 ml, 325 kr. (mariashudpleje.dk)

# Gylden snyd på tube

Når blege forårsben skal luftes i sommervarmen, er sol på flaske en mulighed – hvis du altså tør. Forberedelsen er nemlig alfa og omega

AF ANETTE KRISTINA POULSEN  
FOTO JENS PETER ENGEDAL

Fæl lugt, hud med fartstriber og gulerodsfarvet teint er bare få eksempler på, hvad mange tænker, når de hører ordet selvbruner. For nok drømmer de fleste om at kaste følelsen af forår og solstreg i ansigtet,

ligesom mange overbevises om, at gylden hud på tube er et sundt alternativ – eller i hvert fald et supplement – til den ægte vare, solen. Alligevel eksisterer der en vis tøven, for hvordan undgår man bedst de mindre skønne scenarier?

Succes med selvbrunere kræver et vist forarbejde, ligesom der er dukket nye

muligheder op. Det fortæller kosmetolog og klinikindehaver, Maria Tang, som har ansvaret for St. Tropez, der har ry for at være pioner, når det gælder eksklusive brun-uden-sol-løsninger.

St. Tropez er blandt andet aktuel med et produkt døbt Tan Detox, som er en form for viskelæder-olie, der kan fjerne et falmet eller mislykket selvbruner-resultat. Den anden nyhed med navnet Wash Off er selvbruner renset for de ulemper, som gør nogle nervøse, fortæller Maria Tang og forklarer, at resultatet her kan ses med det samme, forsvinder igen med

hjælp fra vand og sæbe og tilmed dufter godt.

»Kort sagt er det en selvbruner uden selvbruner, da produktet ikke indeholder DHA, som er det stof, der går i forbindelse med huden og giver den velkendte, holdbare farve,« siger hun og tilføjer, at DHA ikke er farligt, men blot ikke har den fleksibilitet, som nogle sukker efter.

**Andet navn til mænd**

Fleksibilitet til trods er snydeglød på tube stadig forbeholdt kvinder. Det mener nordisk uddannelseschef for

naturmærket Origins, Jan Lago.

»Jeg tænker straks på Sidney Lee og dernæst på sportsdansere. Min overbevisning er, at det er de færreste mænd – og i hvert fald kun de allermest forfængelige – der hopper på selvbruner-idéen,« siger han og gør opmærksom på, at mænd stadig er dårligere end kvinder til at bruge almindelig solbeskyttelse og derfor overvejende vil opfatte et selvbruner-produkt som makeup.

»Læg mærke til, hvordan dem, der sælger selvbrunere til mænd, kalder det no-

get andet – f.eks. fugtighedscreme med healthy glow,« tilføjer Jan Lago.

Uanset om det er sund glød blandet i fugtighedscreme eller selvbruner i sin rene form, så er chancerne for et fejlfrit resultat tilstede. Og er tvivlen stadig større end modet, anbefaler eksperterne, at man over sig. Eksempelvis på de knapt så synlige steder på kroppen, der både kan klare de eventuelle fartstriber, den særlige duft og risikoen for en fejlslået teint.

anette.kristine.poulsen@borsen.dk

## Værd at vide

● Sådan gør du: Inden du springer om bord i en selvbruner – uanset hvilken variant – er det vigtigt at eksfoliere huden. Det vil sige slibe blidt, så døde hudceller fjernes. Ved at bruge en skrubbecreme i ansigtet og på kroppen bliver huden mere glat og ensartet, så farven har større chance for at fæstne sig jævnt.

● Farven smitter: Uanset hvad der står på pakken, så smitter farven af på tøj og håndklæder. Vent derfor så længe som muligt med at klæde dig på (minimum 20 minutter).

● De svære steder: Det kan være en

udfordring at få hænder, albuer og fødder pæne med selvbruner. For at undgå kanter og uskønne overgange kan vanskelige områder – som de nævnte – med fordel smøres ind med et tyndt lag bodylotion inden påføring af selvbruner. Få andre til at smøre dine hænder ind, da det næsten er umuligt både at få vasket hænder og samtidig blive smurt ind.

● Lad dig ikke narre. Vær opmærksom på, at et selvbrunerprodukt ikke må forveksles med en solcreme. Den brune kulør fra tuben giver ingen solbeskyttelse, medmindre det

står anført på emballagen. Selvbrunere indeholder stoffet dihydroxyacetone (DHA), der udelukkende farver de yderste hudlag. Melaninproduktionen, der er hudens egen måde at skabe et solforsvar på, påvirkes ikke af selvbrunerprocessen.

● Spring ikke over efterarbejdet. Børst neglene med sæbe og vask hænder og fingre grundigt straks efter du har påført selvbruner for at undgå gullige håndflader. Har farven alligevel bidt sig fast, er pimpsten og citron en løsning, der også fungerer på hæle og albuer, hvis de er blevet for mørke. AKP

## Sådan virker selvbrunere

Det første selvbruner produkt så dagens lys i 1950 – i dag er der hundredvis af kosmetiske produkter, der markedsfører sig som effektive alternativer til den direkte sol. Den aktive ingrediens der giver den brune farve, er udvundet af sukker – kendt som DHA (dihydroxyacetone). Man blev allerede opmærksom på DHA i 1920'erne som et midlertidigt brunende produkt. DHA efterligner solens farve ved at gå i forbindelse med hudens egne proteiner i det øverste hudlag. Det øverste hudlag bliver konstant erstattet, og derfor vil effekten altid blot være midlertidig. AKP