



Världens mest kända läppar (eller kanske strax efter Mick Jaggers): Marilyn Monroes sensuella mun.

Fixa fina läppar

Har det uppstått en liten gympapåse runt munnen? För den som vill dämpa dessa förargliga fåror finns många olika metoder, från krämer och smink till fillers, laser och operation. Läs vår läppguide!

Av Gertrud Dahlberg
Foto Rex/All Over Press

● Äta, dricka, prata, pussas. Vad är mer förknippat med njutning än munnen?

Inte så konstigt att läpparna – i synnerhet kvinnors målade – fångar vår uppmärksamhet. Röda, fylliga läppar för tankarna till erotik.

Läppar väcker känslor, helt klart.

Men idealen har skiftat genom tiderna. För drygt 200 år sedan skulle ett "skönt fruntimmer" ha en "liten, tillhopaslutande mun", enligt *Handbok för Herrar och Fruntimmer*, från 1828. Alltså raka motsatsen dagens porriga ankläppar, pumpade med fett och silikon.

Men nu är ankläpparna på tillbakagång.

– I dag vill de flesta ha naturliga och sensuellt formade läppar, konstaterar **Pyra Haglund**, läkare och vd på Stureplanskliniken.

Ankläppar, naturliga kurvor eller "tillhopaslutande" munnar – läpparna kommer fortsätta dra till sig uppmärksamhet, var så säker. ●

PYRAS TIPS: Dina tänder påverkar även läpparnas utseende. Tandlossning gör att läpparna blir insjunkna. Gå därför till tandläkare och tandhygienist regelbundet.

Ta hand om dina läppar

● Huden på våra läppar är tunn och känslig och har betydligt färre lager jämfört med resten av ansiktet. Det är också därför munnen är röd – blodkärlen lyser helt enkelt genom.

Andra viktiga förklaringar till att läpparna är extra utsatta är att de saknar både talg- och svettkörtlar. Det gör att huden inte smörjs inifrån och därför lättare blir torr.

När vi blir äldre minskar kollagenet och elastinet i cellerna, vilket medför att huden blir mindre flexibel och rynkig. Dessutom får vi mindre underhudsfett och det syns extra tydligt på läpparna som då får mindre volym.

Även huden vid mungiporna tappar spänst och dras ned med hjälp av tyngdlagen. Vi kan se sura ut fast vi är glada. Med åren urkalkas dessutom skelettet, vilket också gör att munnen blir mer infallen och läpparna tunnare.

Suck! Men det finns enkla sätt att vårda en mappiemun så att den håller sig både snygg, sensuell och glad.

Här är ett några tips från Sarah Lidback, produktchef på Akademiklinken:

1. Använd solskydd. Läpparna har inget melatonin som skyddar mot solen. Var därför extra noga med att använda ett effektivt solskydd, gärna vattenfast.

2. Peela. Det går fint att använda en mjuk tandborste som du cirkulerar lätt över läpparna ett par minuter. Peeling någon gång i veckan gör att läppstiftet sitter bättre, att dina läppar blir mjuka och får finare färg.

3. Smörj och återfukta. Det är särskilt viktigt när det är kallt, blåsigt och/eller soligt. Om ditt cerat eller din balsam lägger sig som en plastig hinna, eller om de gör läpparna torra – byt produkt!



Sminkproffsets bästa läppknep

Makeup-artisten **Teresa Grundin** vet hur man får läckra läppar.

HUR TROLLAR JAG FRAM EN STÖRRE MUN?

– Börja med att fylla i konturerna på läpparna med en penna. Gå inte utanför amorbbågens högsta punkter. Däremot kan du med pennan fuka dig lite utanför läppens egen linje ner mot mungipan. Lägg lite skimmer i amorbbågen och precis på mitten under underläppen. Glans förstorar mer än matta läppstift. Ljusare färger ger också intryck av större läppar.

SKA JAG VÄLJA LÄPPGLANS ELLER LÄPPSTIFT?

– Det är en smaksak. Välj gärna ett läppglans som är tjockt och segt i konsistensen för att undvika att det rinner ut och lägger sig i de fina linjerna runt munnen.

VAD SKA MAN UNDVIKA NÄR DET GÄLLER 50+LÄPPAR?

– Undvik en synlig linje efter läppennan. Använd i stället en penna som går ton i ton med ditt läppstift.



vänd

Det tunga läppartilleriet

Att fixa läpparna med hjälp av injektioner och operationer blir allt vanligare. Men det är inte riskfritt. Här ser du olika metoder och vilka fördelar och nackdelar som finns.



SURA MUNGIPOR

Operation: Hud skärs bort ovanför mungipans ytterkant, lyfts och sys ihop.

+ Relativt enkelt ingrepp. Bestående resultat.

- Blåmärken och övergående svullnad är vanligt efteråt. Risk för ärrbildning och snett resultat.

Filler: Fyller ut och lyfter lite. + Samma som botox.

- Måste göras om efter cirka ett halvår.

Botox: Kan lyfta "survecket".

+ Du slipper operation.

- Måste göras om efter cirka ett halvår.



INSIDERTIPSET: Titta på alla som jobbar på den klinik du besöker. Har kvinnorna där stora ankläppar och du själv är ute efter en mer naturlig look, kanske du ska söka dig vidare. Och vice versa.

RYNKOR RUNT MUNNEN

Botox: Ett varunamn för ett så kallat neurotoxin. Ett annat märkesnamn är Azzalure. Slätar ut och slappnar av rynkor som uppstått på grund av muskelsammandragning.

+ Du slipper operation.

- Måste göras om efter cirka ett halvår. Du kan få blåmärken och svullnad efter sprutan. Risk för snett resultat.

Filler: Rynkorna fylls ut med hyaluronsyra.

+ Relativt enkel behandling med omedelbart resultat. Du slipper operation.

- Funkar inte på djupa rynkor. Måste upprepas regelbundet. Du kan få blåmärken och svullnad efter sprutan. Risk för snett resultat.

Laser: Ljusbehandling i korta stötar. Det översta hudlagret med rynkor peelas bort och försvinner efter hand. Stimulerar bildandet av kollagen och nya celler.

+ God effekt på rynkor och solskador. Långvarigt resultat.

- Kan orsaka brännskador. Huden är röd länge efter. Risk för mörkpigmentering.

Kemisk peeling:

En lösning med syror penslas på huden och gör att det yttersta lagret med döda hudceller avlägsnas. Det stimulerar också bildandet av nya celler.

+ Ingen eller kort konvalescensstid.

- Biter inte på djupa rynkor. Kan orsaka rodnad och framkalla allergi.

SNIPIGA OCH/ELLER OJÄMNA LÄPPAR

Operationer: Det går också att operera in minikuddar av fett eller silikon i läpparna för ett permanent resultat. Dessutom går det att förkorta huden så att en insjunk överläpp dras upp igen och ger en plutigare mun. Det går också att lossa och skjuta slemhinnan under läpparna framåt och på så sätt göra munnen större.

+ Hållbart resultat som kan ge stor effekt.

- Ingreppet kan inte göras om. Kan orsaka ärrbildningar, i värsta fall störs blodcirkulationen som kan göra att delar av vävnaden dör och skapar deformationer

Kosmetisk tatuering: Med hjälp av färgpigment kan läpplinjen markeras och munnen upplevas som större. Dessutom kan rött pigment läggas i läpparna.

+ Du slipper smink. Resultatet håller i flera år.

- Pigmenteringen kan bli ojämn och förändra färg med tiden. Kan se onaturligt ut om behandlaren inte kan sina saker.

Förstoring med eget fett:

Fett från din egen kropp renas och sprutas in i läpparna.

+ Ger varaktigt resultat med ett material som inte är "främmande" för kroppen.

- Kan bli knöligt, ojämnt och öka i storlek vid viktuppgång. Svårt att ångra sig och göra o gjort om du inte är nöjd.

Icke-permanent filler:

Ett kroppsidentiskt ämne, hyaluronsyra, sprutas in i läpparna och ger mer volym. Det går också att forma och markera läpparna. Det finns olika sorters märken av filler, ett av de vanligaste är Restylane.

+ Relativt enkelt ingrepp som ger stor skillnad. Blir du inte nöjd försvinner fillern efter några månader.

- Du måste upprepa behandlingen med jämna mellanrum om du vill bibehålla resultatet. Blåmärken, ömhet och svullnad är vanligt efteråt. Läpparna kan bli ojämna och knöliga.

Faktagranskning: Pyra Haglund, läkare och vd på Stureplanskliniken.