

NR 11
NOVEMBER 2017
PRIS INKL
MOMS 49:90
NOK 69
€ 8,50

MATBILAGA PÅ KÖPET!

Måna

Energi-boost!

- Bli snabbt pigg – fem genvägar
- Nytt supermedel mot trötthet
- Bonuseffekt: motverkar stress

Stor klimakterie-guide
...med professors bästa råd

INREDNING

Gör rum för höstmys!

**HEJ DÅ STRESS,
välkommen lugn!**

- 4 kvinnor: Så lärde vi oss säga nej
- Vardagsknepen som fungerar

*Vikt-
balans!*

Så byter du överätande
mot sunda matvanor
– expertens 4 steg

SKÖNHET

*3 lyft
för tunga
ögonlock*

**Håll kroppen
ung längre
med S-träning**

STILEXPERTEN VÄLJER

*Skönaste
vardagsmodet*

**10 genvägar
till bättre minne**





I vissa landsting kan man få bidrag till ögonlocksoperation om de fallit ner så mycket att de skymmer stora delar av synfältet.

Metoder mot trötta ögon...

BOTULINUMTOXIN: (BOTOX OCH AZZALURE)

För dig med
lätta besvär

SÅ GÅR DET TILL: Genom att injicera botulinumtoxin i vissa delar av pannan, till exempel argrynkan mellan ögonbrynen och bekymmerveckan, förhindrar man musklerna att dra ihop sig. Det ger en naturlig höjning av ögonbrynen med cirka 1 till 2 millimeter och en öppnare blick.

FÖRDEL: Det krävs ingen operation, ingreppet görs med några stick med en supertunn nål. Ingen konvalescens, man kan gå till arbetet direkt efteråt.

NACKDEL: Behandlingen måste upprepas eftersom effekten avtar efter cirka 3 till 6 månader.

PRIS: Från cirka 3500 kr på Stureplanskliniken i Stockholm.

TRÅDLYFT:

För dig med
måttliga besvär

SÅ GÅR DET TILL: Tunna, kirurgiska trådar av nedbrytningsbart material träs in under huden i pann- och ögonbrynsområdet med en nål. Vissa av trådarna har hullingar som åstadkommer ett omedelbart lyft på några millimeter. Samtidigt stimulerar trådarna kroppen att bilda mer kollagen som behövs för att hålla huden fast. Fullt resultat av den effekten ser man efter tre månader.

FÖRDEL: Skonsam metod med en lyfteffekt som sitter i 1 till 2 år. Oftast kan man gå tillbaka direkt till jobbet efter behandlingen men ibland kan man få blåmärken.

NACKDEL: Man kan inte lyfta mer än någon millimeter. Trådarna kan strama något tiden efter ingreppet. Behandlingen behöver upprepas efter några år.

PRIS: Pannlyft från cirka 9900 kr, mindre område från cirka 4900 kr på Stureplanskliniken.

LASERLYFT:

För dig med
mycket besvär

SÅ GÅR DET TILL: Överskottshuden på ögonlocken skärs bort med laser under narkos. Samtidigt formas ögonen, bland annat genom att man tar bort eventuellt fett som kan ligga under huden och bidra till svullnad.

FÖRDELAR: Eftersom lasern försluter snittet direkt blir smärtan mindre och läkningen snabbare. Man får lindrigare svullnad och blåmärken.

NACKDELAR: Alla former av ögonlocksplastik ger ett känselbortfall i ögonlocken under någon månad. Tiden efter ingreppet ska man sova med huvudet i högläge för att minska svullnad. Man får även ta kortisonpiller och medicin som minskar blåmärken.

PRIS: Cirka 22000 kr på Conturkliniken i Stockholm.