

Krönika: Ann-Charlotte 2012 Andersson Rosén

Jag har just tillbringat en vecka i Los Angeles, en fantastisk stad och träffat Dr Murad som är farmaceut och dermatolog. Murad-driver ett mycket stort Medical Spa i Los Angeles och erbjuder traditionella hudvårdbehandlingar och medicinska diagnoser med behandling.

HUDVÅRD



Ann-Charlotte Andersson Rosén
Egen hudvårdsklinik sedan jan -90
SHR-auktoriserad hudterapeut
SHR-certifierad i nålepilering o
IPL/laser
Spec. Hudterapeut
Mästarbrev
120 hp i Biomedicin

Han har också skapat ett eget hudvårdsmärke av problemlösande karaktär. Bland Murads patienter finns problem som akne hos ungdomar men också bland vuxna, rosacea och torr hud. Murad kan ordinera en medicinsk behandling men han är mycket tydlig med att understryka vikten av ett bra näringsintag och en bra hudvårdrutin för huden.

Jag har arbetat med hudvård och haft egen klinik i 22 år. Vi är tre SHR-auktoriserade hudterapeuter, en sjuksköterska, två hudläkare och en ögonläkare. Mitt stora intresse har alltid varit att hjälpa till att lösa problem. Det kan gälla hudproblem av olika slag eller att man besvärar av generande hårväxt. Vi arbetar även med förebyggande hudvård och erbjuder även behandlingar

för den som inte har något specifikt problem utan kanske bara vill ha en stunds lugn och ro. Många gånger känner man att man måste prioritera bort sig själv för att hinna allt men försök att ge dig tid att bara vara, tillsammans med dig själv.

Ett relativt vanligt hudproblem idag är rosacea, en inflammation i huden som gör att man får ytliga blodkärl och blir röd. Talgkörtlarnas aktivitet ökar och finnar är inte ovanligt. Behandlingen är systembehandling med tetracykliner och/eller lokalbehandling. Majoriteten av de kunder vi har som lider av rosacea berättar om hur stress påverkar tillståndet på ett negativt sätt. Stress och press är negativt för flera hudtillstånd såsom rosacea, psoriasis och eksem av olika slag. Psykiska trauman och psykisk stress kan vara en utlösande faktor men man tror att det finns en genetisk disposition i botten.

Försök att slappna av och skapa små stunder som är dina egna. Gå ut 5 min på lunchen och njut av det vackra vädret. Var lite galen ibland, gör saker som du tycker är roliga, sköna, utvecklande, avstressande eller spännande. Varje må-bra-stund är värdefull för hälsan på alla sätt och skapar bra förutsättningar för både utsidan och insidan.