V Ek het vreeslike rekmerke – op my maag, bene, borste, oral. Wat kan ek doen om dit te verbloem of te verbeter?

A DIE KOSMETIESE DOKTER SÊ:

Rekmerke kom in die middelste laag van jou vel (die dermis) voor. Hierdie laag is die een wat jou vel moet soepel hou. Wanneer dit uitermatig gerek word, breek die vesels in die vel en dit veroorsaak merke. 70-90% van vroue sukkel hiermee na swangerskap.

Jy kry dit gewoonlik op plekke waar vet geberg word, soos op jou maag, borste, heupe en boude. Wanneer die rooiheid met verloop van tyd vervaag het, bly daar silwerwit littekens agter.

Die doeltreffendste kosmetiese behandeling hiervoor is karboksieterapie. Dit behels dat verhitte mediese koolstofdioksied met 'n fyn naald in die dermis ingespuit word. Na vier tot agt behandelings sal die voorkoms van jou rekmerke aansienlik verbeter.

Karboksieterapie is meer effektief op nuwer merke, met ander woorde, dié met 'n rooi voorkoms. Ouer, silwerige rekmerke kan met meer moeite en behandelings ook verbeter word. Na vier tot agt sessies behoort jy reeds 'n groot verandering te sien. Begroot vir minstens R1 000 per sessie, maar onthou dat die prys afhang van die grootte van jou probleem.

Dr. Maureen Allem is 'n kosmetiese dokter, en stigter van Skin & Body Renewal-klinieke en Oasis-spa's

A DIE REKMERK-SPESIALIS SÊ:

Die littekens van rekmerke sal nooit heeltemal verdwyn nie. Dit sal wel met verloop van tyd ligter word. Die truuk is om jou vel in 'n goeie toestand te hou.

Masseer jou vel twee keer per dag met Bio-Oil. Gee spesiale aandag aan kwesbare areas soos jou heupe, boude, borste en dye. Bio-Oil se unieke bestanddeel, PurCellin Oil™, verseker die optimale absorpsie van hoogs voordelige bestanddele. Dit sluit vitamien A en E, gousblom-, laventel- en roosmarynolies en kamille-ekstrak in. Dit verbeter die elastisiteit, krag en soepelheid van jou vel om veranderinge in jou gewig te akkommodeer. Die algemene voorkoms van rekmerke sal verbeter.

Jou vel moet verder ook van binne af gevoed word. Eet kossoorte wat ryk is aan vitamien C en E en sink. Drink genoeg water om jou vel soepel en elasties te hou. Hou vir ten minste drie maande met hierdie goeie gewoontes vol om resultate te sien.

Bio-Oil is beskikbaar by apteke en afdelingswinkels landwyd in **60 ml (R49,99)**, **125 ml (R74,99)** en **200 ml (R109,99)**.

Anita Nesbit is bemarkingsbestuurder by Evolabs, verspreider van Bio-Oil in Suid-Afrika

A DIE PRODUKKENNER SÊ:

COVERDERM Perfect Legs Fluid (R495, beskikbaar in nege skakerings by Dis-Chem) is 'n langblywende, waterdigte onderlaag. Dit kan letsels en merke soos rekmerke wegsteek. Met 'n SBF 40 beskerm dit teen UVA- en UVB-strale.

Dit bied jou die geleentheid om die perfekte veltoon vir enige geleentheid te skep en verbloem onooglike letsels. Perfect Legs Fluid is hipoallergenies en 100% waterdig. Dit kan tot 24 uur lank aanbly, indien jy die instruksies noukeurig volg.

Maak eerstens seker dat jou bene glad is – geskeer of gewaks en afgeskilfer. Smeer hierna 'n waterbasisroom, soos akwaroom, aan. 'n Oliebasisroom sal verhoed dat die produk egalig aanwend.

Wend ná jou vogroom 'n laag Perfect Legs Fluid aan. Vir plekke waar jy meer dekking nodig het (soos oor 'n litteken), kan jy 'n tweede laag aansmeer. Dis ook ideaal om onooglike aartjies weg te steek.

Nadat dit op jou vel droog geword het, moet jy dit met water "set". Doen dit deur liggies met 'n klam sponsie of lappie te druk om die oortollige water af te klad. Wees versigtig om nie te vryf nie.

Sunette Botha is nasionale opleidingsbeampte vir Coverderm

Artikel: Yolandi North. Skin & Body Renewal: 0861 263972 of www.skinrenewal.co.za; www.bio-oil.com of facebook.com/BioOilSA; www.coverderm.co.za.