

Nytt i Norge

Nå kan også fettet på lårene fryses bort

NY MOTIVASJON:
Med færre fettceller
og dermed mindre
fettansamlinger på
lårene har Anne-
Grete fått ny moti-
vasjon til å trene
og spise sunt.

Slik ble Anne-Grete kvitt ridebukselårene

–Jeg er mindre opptatt av lårene mine nå. Det betyr at det har skjedd noe positivt, sier Anne-Grete Strand (34). Hun har testet ut en ny behandling mot såkalte ridebukselår. Med Coolsculpting fryses fettcellene i hjel.



HJEMMETREPORTASJE

Tekst: Ann Britt Hangeraaas
Foto: Jørn Grønlund

–Det har ikke vært noen «Wow! Lårene er borte!»-opplevelse. Til det har prosessen gått altfor gradvis. Men i dag ser jeg at buksene sitter mye bedre, og jeg er ikke lenger så opptatt av denne kroppsdelen. Det må jo bety at det har skjedd noe positivt, sier Anne-Grete Strand.

Det har gått drøyt tre måneder siden første gang vi møttes, når hun kommer med denne betraktningen. Den gang lå hun på en behandlingsbenk ved Clinique Amanda i Oslo for å få fettansamlingen øverst på lårene fjernet ved hjelp av Coolsculpting — en metode der fettcellene rett og slett fryses i hjel og gradvis forsvinner fra det behandlede området. Metoden ble tatt i bruk mot magefett for et par år siden, og er nå videreutviklet for også å kunne brukes på andre deler av kroppen der fett har en tendens til å samle seg, selv om man både spiser sunt og trener. Det vet Anne-Grete alt om.

–Jeg har hatt denne kroppsfasongen i hele mitt voksne liv, uansett hvor lite jeg har veid og hvor sunt jeg har levd. Alle damene i min familie har den samme pærefasongen. Helsemessig er den mye sunnere enn eplefasongen, der fettet gjerne legger seg rundt livet. Men det er ingen stor trøst for oss det gjelder. Ridebukselår er i veien. De buler ut under kjoler og tar seg dårlig ut i trange jeans. Jeg husker at bestemoren min lå på gulvet og rullet hoftene på en plate med gummikuler for å få bukt med lår-fettet. Selv har jeg også gjort utallige forsøk på å trene bort «bulken». Men uten hell. Derfor

valgte jeg å prøve denne metoden, sier Anne-Grete.

Helt overkommelig

Vi hopper tilbake til start. Sommeren har så vidt meldt sin ankomst, og ute er det godt og varmt. Men på behandlingsbenken inne på klinikken ligger Anne-Grete og hutrer.

–Det er rett og slett iskaldt, sier hun.

–Det er fordi applikatoren som er festet til låret ditt, trekker varmen ut av vevet. Når vi behandler magen, bruker vi vakuum. Men det er vanskelig å suge opp fett på lårene. Derfor tar behandlingen dobbelt så lang tid på denne kroppsdelen som på magen, og derfor kjennes det så kaldt. Men det varer bare et kvarters tid, beroliger terapeut Monica Madsen.

Og sånn blir det.

–Nå er jeg nummen og kjenner ingenting, kommenterer Anne-Grete når det første kvartret har gått.

Og når det første låret er ferdigbehandlet etter to timer, har hun følgende erfaring:

–Dette var mye mindre ubehagelig enn jeg hadde fryktet. Helt overkommelig, egentlig. Og det var ikke noe blod. Huden er like hel. Noen merkbar forandring er det ikke å se, men det forventet jeg heller ikke. Fettcellene i det behandlede området skal være frosset i hjel, men de må også bort for at «bulken» skal forsvinne. Det skal skje i løpet av de neste 3-4 månedene. Det blir spennende, sier Anne-Grete.

Minus 5,5 centimeter

Tilbake i nåtid: Fotografen tar etterbilder, og når Anne-Grete får sammenlignet disse med førbildene, kommer aha-opplevelsen. For jo visst har lårene fått en mye rettere fasong. Det hun ser, bekreftes av målebåndet. Mens hun før behandling målte 111 cm i omkrets rundt det bredeste partiet, viser dagens måling 105,5 cm.

–Og der fett er borte, er det borte for godt. At det ikke skal legges seg andre steder, er opp til deg å sørge for, sier Monica Madsen

–Det skal jeg klare. For dette har vært inspirerende! Med denne drahjelpen kjenner jeg at jeg blir motivert til å sette i gang litt ekstra på treningsfronten, sier Anne-Grete. ♦

ann-britt.hangeraas@egmont.com

► KLÆRNE SITTER BEDRE:

Anne-Grete synes at klærne, også trange kjoler, sitter pener etter at «bulken» på lårene ble mindre.



«Dette har vært en fin hjelp på veien. Nå er resten opp til meg.»

Behandling mot lårfett



SPESIALLAGET: Da Coolsculpting først ble lansert, var det med et munnstykke som skaper vakuum og suger opp magefettet. Dette kunne ikke brukes på lårene, men nå har produsenten spesiallaget et munnstykke for denne kroppsdelen. Og nye følger. Neste år skal det også bli mulig å bli kvitt dobbelthake ved hjelp av denne fryseteknikken.

SMERTEFRITT: Det er veldig kaldt til å begynne med, men gjør ikke vondt, sier Anne-Grete, som her behandles av terapeut Monica Madsen hos Clinique Amanda.

Fettsuging er den eldste behandlingsmetoden mot ridebukselår. Fettsuging er ingen slankemetode, men en måte å fjerne fettansamlinger på. Behandlingen foregår i narkose eller med lokalbedøvelse med tillegg av beroligende og smertestillende midler gitt av narkoselege. Fettsuging skjer ved at det overflødig fett ved hjelp av en kanyle, suges bort gjennom små snitt i huden. De fleste må ta det rolig noen dager etter inngrepet. Pris for fettsuging av lår fra 22 000 kroner.

Coolsculpting går ut på å kjøle ned fettlageret under huden slik at fettcellene, som

er mer følsomme for kulde enn vevet rundt, dør. Når det skjer, vil fett i løpet av noen måneder forsvinne fra området som er blitt behandlet. Coolsculpting passer for deg som er frisk og normalvektig, men som har fettansamlinger det er vanskelig å bli kvitt, på mage, rundt livet, på innsiden eller yttersiden av lår, «grevinneheng» eller buler ved BH-stroppen. I løpet av kort tid vil metoden også kunne brukes på hakepartiet. Metoden er smertefri, det er ingen kjente bivirkninger og du kan gjenoppta ditt vanlige liv umiddelbart etter en behandling. Pris for behandling av yttersiden av begge lår ligger på ca. 12 000 kroner.



Behandlere over hele landet

En rekke klinikker i Norge tilbyr coolsculpting-behandling, og du finner behandlere over hele landet ved å søke på «Coolsculpting» på internett. Vil du lese mer om coolsculpting, kan du gå inn på nettsiden:
www.cliniqueamanda.no

Genene avgjør fasongen

Vi damer kommer i mange fasonger. Noen har eplefasong, med størst fettansamling rundt livet. Noen ser ut som timeglass, smalest ved midjen. Noen er rett som en bønnestengel. Og atter andre er formet som en pære – med fett rundt hofter og lår.

Det som avgjør, er genene våre. I mange tilfeller kan du imidlertid «lure» genene dine med en sunn livsstil. Ved hjelp av jevnlig mosjon og et kosthold med lite raske karbohydrater kan du f.eks. redusere magefettet, som alltid forsvinner først når du går ned i vekt. Ridebukselår er mye sunnere enn magefettet, men mye vanskeligere å bli kvitt. Det eneste som kan hjelpe noe, er et fornuftig kosthold og en kropp som er i bevegelse. Da holdes kroppsfettet generelt nede, noe som også gagnar lårene.

Anne-Grete før og etter

