

## Meikki ei ole pelkkää pintaa vaan myös elämänlaadun parantaja

NURMIJÄRVI (K-U)

Riikka Mäkinen

Iho on kehomme suurin elin ja sen tehtävänä on muun muassa suojata elimistöämme ulkomaailmaa vastaan. Iho reagoi elintapoihin ja ulkoiisiin ärsykkeisiin sekä kertoo paljon ihmisen terveydentilasta.

- Koska iho on kehon suurin elin, niin siinä ilmenevät toimintahäiriöt vaikuttavat elimistön fysiologiseen tasapainoon. Tästä syystä ihonhoito ei ole turhuutta, eivätkä kosmetiikka ja voiteet ole pelkästään kaupallinen keksintö, Nurmijärven Lepsämässä asuva maskeeraaja **Riitta Vaara** vakuuttaa.

Vaaran mukaan lähes puolet suomalaisista ovat allergisia ja monilla ongelmat ilmenevät juuri iholla. Suomessa atoopikkojen määrä on jatkuvassa kasvussa ja lasten taiveihottumat lisääntyvät.

- Ihminen on nykyajan tulos ja nämä ovat paljolti elintasosta riippuvaisia sairauksia. Nykyään syödään paljon roskaruokaa tai ruoka on liian käsiteltyä. Myös veden juonti on pelottavasti vähentynyt, erityisesti nuorten keskuudessa.

- Maskeerauksen opettajan roolissa Suomen kouluja kierrellyt Vaara ottaa meikkaukseen hyvin kokonaisvaltaisen lähestymisen. Meikkioppien ohella hän muistuttaa terveellisen ravinnon ja liikunnan merkityksestä.

- Ihminen on se, mitä se syö, juo, hengittää ja miten se liikkuu. Kaikki tämä näkyy ihossa. Tupakanpolttajilla, jotka eivät juo riittävästi vettä, on pahin iho, Iholiiton kanssa yhteistyössä toimiva Vaara toteaa.

Iho on taulun pohjustus

Seitsemänkymmenluvun alusta kosmetiikka-alalla vaikuttanut Vaara on perehtynyt erityisesti erilaisten ihovirheiden peittämiseen.

- Kun olen kohdannut työssäni eri-ikäisiä, erilaisia ihotauteja sairastavia henkilöitä, olen saanut uuden näkökulman ja sisällön työhöni. Enää minua eivät kiinnosta kauniiden nuorten mallien ehostaminen vaan todellisten iho-ongelmien kuten esimerkiksi atopian tai couperosan peittäminen. Silloin meikkiä voidaan pitää elämänlaadun parantajana, Iho ystäväksi -kirjan ihosairauksien syistä, hoidosta ja kosmeettisesta peittämisestä kirjoittanut Vaara juttelee.

Ihosta huolehtiminen on Vaaran mukaan ensisijaisen tärkeää, eikä hän ymmärrä, miksi sitä pidetään turhamaisuutena. Hänen mukaansa iho on taulun pohja, joka tulee pitää kunnossa. Kasvojen kunnollinen pohjustus on meikin a ja o.

- Miltä näyttää talo, jos pohjamaali rapisee, eikä ole kunnossa? Siinä eivät auta hienot vastamaalattut ikkunat tai ovenpielet. Rapisee, mikä rapisee. Sama pätee ihonhoitoon ja meikkaukseen, Vaara vertaa.

Jokaisessa asuu

pieni kaunotar

Riitta Vaaran mukaan nuoruuden ja rypyttömyyden ihannointi sekä kosmetiikkamainonnan kätteettomat lupaukset tuovat turhia lisäpaineita ulkonäölle.

- Kun ihmiset kysyvät, miten esimerkiksi leveän nenän tai kaksoisleuan voisi peittää, kysyn, miksi se pitäisi peittää. Joka ikisessä meissä asuu pieni kaunotar ja sen saamme näkyviin, kun opimme tuomaan esiin kauniit piirteemme. Silloin kukaan ei kiinnitä huomiota niin sanottuihin huonompiin piirteisiin, hän vakuuttaa.

Tuikkivat silmät ja hymyilevä suu, niin paketti on valmis..

- Oikeilla meikkiväreillä silmien omaa väriä korostaen saa silmät tuikkimaan ja kun siihen lisää päälle kauniin hymyn, se riittää.

**Ihohoidon ammattilainen.** Maskeerauksen opettaja Riitta Vaara korostaa ihohoidon tärkeyttä. Jos ihon kanssa ilmenee ongelmia, hän kehottaa kääntymään kosmetologin puoleen.

**Ennen ja jälkeen meikin.** Riitta Vaaran mukaan ihovirheistä tai -sairauksista kärsivän, mutta myös terveihöisenkin tulee meikatessaan kiinnittää erityistä huomiota värivoiteeseen ja sen levitykseen. Kuvassa atooppinen iho ennen ja jälkeen Vaaran meikkauksen.

**Helppo hymyillä.** Järvenpääläiset sisarukset Tiina Back ja Anna Palin olivat tyytyväisiä Riitta Vaaran assistenttien työn jälkeen viime viikolla järvenpääläisessä kauneushoitola Jasminissa. Meikki-päivän ideana oli ammattitaitoisen meikin ohella antaa asiakkaille vinkkejä omaan meikkaukseensa.