



Sjælens spejl pudses

KRUSÅ. Ansigtet er sjælens spejl. Og dette spejl skal plejes gennem hele livet.

I dag er det blevet moderne at gøre den slags ved hjælp af kirurgiske indgreb. Men i Kruså arbejder Elsebeth Grosbøl for at få folk væk fra den tanke. Hun masserer sine patienter til et mere smidigt og afslappet ansigt.

- Ansigtet består af 97 muskler, der er placeret på kryds og tværs. Derfor gælder det om at komme rundt i alle muskler og få dem til at slappe af, siger Elsebeth Grosbøl. Men kan det nu passe? Flensborg Avis sendte en reporter på briksen. **Mere side 8**

Ansigtssløftning uden kniv

Ansigtspleje. En tur under kniven for at opnå fornyet ungdom er ikke optimalt. Det mener Elsebeth Grosbøl, som i stedet ved at massage hjælper folk til et yngre udseende.

KRUSÅ. Når snakken falder på ansigtssløftning, vil mange naturligt nok forbinde det med læger i grønne kitler, skalpeller og blod.

Men spørger man Elsebeth Grosbøl, er operative indgreb i kampen for at bevare et ungdommeligt ydre ikke nødvendigvis den eneste løsning.

- Tværtimod. Faktisk synes jeg, det er en skam, at så mange vælger kniven. For der findes andre måder at komme til at se yngre og gladere ud, siger hun.

Elsebeth Grosbøl har i ti år praktiseret A.L.T. Ansigtssløftningsteknik, som er en teknik, der ved hjælp af bindevævsmassage af ansigtsmusklerne er med til at fjerne spændinger fra huden, bindevævet og musklerne i ansigtet.

- Ofte er det disse spændinger, der gør, at man kommer til at se ældre ud, siger hun.

Når psykologer prøver at finde ud af, hvad de fleste mennesker betragter som et smukt ansigt, fremhæves ofte tre kvaliteter: et afslappet, symmetrisk og levende ansigt.

- Er ansigtet frosset i en stiv maske, giver den ingen respons i kommunikationen med andre mennesker, og det kan opfattes som uvenligt. For det er ikke de



Et ansigt kan løftes på flere måder. Elsebeth Grosbøl foretrækker at bruge hænderne frem for kniven.



En smule skeptisk får avisens udsendte forklaret, hvad Elsebeth Grosbøl vil gøre ved hans ansigt.



Ansigtet består af 97 muskler. Nogle af dem kan kun nås via munden. (Fotos: Povel Klavsén)

store, men derimod de fine små bevægelser, som betyder så meget, siger Elsebeth Grosbøl, som derfor ikke ser et kirurgisk indgreb, som ideelt.

- Rynkerne fjernes, men ansigtet stivner også yderligere. Det ser umiddelbart smukkere ud, men er uden liv, siger Elsebeth Grosbøl, som derfor i stedet har ka-

stet sig over A.L.T.

Seks behandlinger

En fuld ansigtssløftningsmassage strækker sig over seks behandlinger. Ved

hver behandling masseres områder i ansigtet, hårbunden og på nakke og hals blidt. På den måde bliver huden mere elastisk.

- Ansigtet består af 97

muskler, der er placeret på kryds og tværs. Derfor gælder det om at komme rundt i alle muskler og få dem til at slappe af, siger Elsebeth Grosbøl, som ofte bliver spurgt, om hun kan få mennesker til at se ti år yngre ud.

- Dertil må jeg svare nej. Men jeg kan få dem til at se afslappet og blidere ud, hvilket er med til at give ansigtet et yngre og friskere udseende, siger hun.

Blandt Elsebeth Grosbøls klienter var en kvinde, som var lam i hele venstre side af ansigtet. Hun opsøgte klinikken i Kruså og kunne efter seks behandlinger konstatere, at hendes ansigt var blevet rettet betydeligt op.

- Jeg ved godt, at nogle ser det, jeg laver som noget hokus pokus. Men den lammede kvinde er et godt bevis på, at der ikke nødvendigvis skal et operativt indgreb til for at ændre udseende, siger Elsebeth Grosbøl.

Det siges, at ansigtet er sjælens spejl. Derfor efterlader svære psykiske oplevelser og fysiske traumer deres spor i form af spændinger i ansigtet.

- Sådanne spor lader sig ikke fjerne ved en operation. Derimod kan massage være med til, at et spændt ansigt kan finde tilbage til den afslappede tilstand, som var engang, siger Elsebeth Grosbøl, som derfor opfordrer folk, som overvejer et besøg hos plastikkirurgen, til at overveje andre løsninger.

Denne opfordring er hermed givet videre.

Klaus Nielsen