

# The Sugaring Shop

zelf natuurlijk ontharen met suikerhars

## Handleiding Harsen met vloeibare Suikerwax in blik

Ga je een hars gebruiken die je nog nooit eerder hebt gebruikt, test de hars dan eerst uit op een klein deel van de huid 24 uur voordat je gaat harsen.

**Lees onderstaande instructies in zijn geheel door en bewaar de instructies bij de harsset.**

Vloeibare (spatel) Suikerwax (in 400 en 800 ml potten) wordt voornamelijk gebruikt voor het ontharen van grote oppervlaktes zoals benen, armen, rug en borst. De Suikerwax wordt zo dun mogelijk opgebracht met een spatel en vervolgens met behulp van een ontharingsstrip verwijderd. Als je geen gevoelige huid hebt, kun je ook de oksels met deze hars ontharen. Zelfs het gezicht en de bikinilijn kunnen met vloeibare hars onthaard worden als je geen gevoelige huid hebt.

Het is belangrijk dat de Suikerwax goed op temperatuur is en ook op temperatuur blijft. Het verwarmen in een harsverwarmer met regelbare thermostaat verdient dan ook de voorkeur.

### Een goede voorbereiding is het halve werk

1. Gebruik **een peeling** de dag voordat je gaat harsen. Vooral bij korte haren, gaan de haren dan rechtop staan en zijn beter te harsen dan wanneer ze vlak langs de huid of zelfs een beetje op/in de huid liggen.
2. Als je een gevoelige huid hebt en je gebruikt een hars die je nog nooit hebt gebruikt, **test de hars dan eerst uit** op een klein deel van je huid 24 uur voordat je gaat harsen.
3. Zorg er voor dat de **haren niet te lang** zijn. Knip ze zo nodig af tot een lengte van 0,5 – 1 cm. Het harsen is daardoor minder gevoelig en de kans op het afbreken van de haren wordt verkleind. De haren mogen ook niet te kort zijn omdat de hars er dan minder “grip” op kan krijgen.
4. **Gebruik geen vette bodymilks, oliën** e.d. vanaf 24 uur voordat je gaat harsen. Door gebruik van vetten en oliën, kan de werking van Suikerwax verminderen.
5. Gebruik vanaf 24 uur voor het harsen **geen producten die Alpha Hydroxy Zuren (AHA)** bevatten, omdat dit mogelijk gevoeligheid en irritatie kan veroorzaken.
6. Hars bij voorkeur **niet in de week voor en tot 3 dagen na je menstruatie** als je gevoelig bent voor pijn. Hars ook niet als je erg moe of prikkelbaar bent.
7. Hars **voordat je onder de douche** gaat en niet vlak erna.
8. Hars niet over moedervlekken, wratten, uitslag, irritatie en tepels. Hars niet op een (zon)verbrande huid, bij diabetes, aderontstekingen, over nieuw littekenweefsel en bij andere – al dan niet open - huidafwijkingen.
9. Hars bij voorkeur niet als je medicijnen slikt die de gevoeligheid van de huid beïnvloeden zoals Retin A, Accutane, Tetracycline of Glucolic Acid.
10. Doe voorzichtig bij het harsen tijdens zwangerschap omdat je dan vocht kunt vasthouden.
11. Doe voorzichtig bij het harsen op spataderen. Wanneer er sprake is van zeer veel spataderen, kun je het beste eerst de huisarts raadplegen over het gebruik van hars. Wanneer je weinig spataderen hebt, verdient het de voorkeur kleinere stukjes tegelijk te harsen en de huid zeer goed te spannen als je de hars verwijdert.
12. Raadpleeg de huisarts voordat je gaat harsen als je een voorgeschiedenis hebt van cysten of steenpuisten.

## Doet harsen pijn?

Iedereen ervaart pijn op een andere manier. Sommige mensen zullen tijdens het harsen nauwelijks iets voelen. Voor de meeste mensen is harsen – zelfs op gevoelige delen – goed te verdragen. Het is in ieder geval snel voorbij. Hoe harsen voelt is afhankelijk van een aantal factoren:

- je pijngrens. Niet alleen verschilt de pijngrens per persoon. Ook zal een persoon een verschillende pijngrens ervaren afhankelijk van bijvoorbeeld het tijdstip van de dag en het gebied dat onthaard wordt;
- harsmethode. Het verwijderen van haar met harde hars is minder gevoelig dan het ontharen met vloeibare hars, omdat harde hars zich vooral aan de haren en minder aan de huid hecht. Over het algemeen wordt vloeibare hars gebruikt op grotere oppervlaktes die relatief minder gevoelig zijn (benen, armen, rug en borst) en harde hars op kleinere oppervlaktes die meer gevoelig zijn (gezicht, oksel en bikinilijn). Afhankelijk van je persoonlijke gevoeligheid kan bijvoorbeeld ook gekozen worden voor het ontharen van oksel of gezicht met vloeibare hars of het ontharen van borst met harde hars;
- perfectioneer je techniek. Harsen is niet moeilijk, maar je moet wel op een paar dingen letten. Zo is het goed spannen/strak trekken van de huid terwijl je de hars eraf trekt, bij elke harssoort essentieel.
- de eerste keer is meestal het gevoeligst. Zorg er in ieder geval voor dat je haren niet te lang zijn. Knip ze eventueel af tot ongeveer 0,5 – 1 cm;
- zorg ervoor dat je niet te gestresst bent. Adrenaline en spanning versterken gevoelens van pijn. Zorg ervoor kalm en ontspannen te zijn als je onthaart;
- zorg ervoor dat je zo comfortabel en ontspannen mogelijk zit of ligt. Doe knellende kleding en schoenen uit. Draag losse kleding. Zet een waaier aan. Zet je favoriete muziek op;
- sommige meisjes/vrouwen vinden ontharen niet prettig vanaf 1 week voor de menstruatie tot de 3de dag van de menstruatie. Als jij tot die groep hoort, onthaar dan in de 2,5 week van de maand die overblijven;
- stimulerende stoffen zoals cafeïne en suiker kunnen je gevoeliger maken. Vermijdt ze daarom. Sommige mensen vinden ontharen prettiger vlak na de maaltijd. Als jij daarbij hoort, onthaar je dus voortaan na het eten. Denk er sowieso over wanneer je wilt harsen.
- 's-Morgens vroeg of 's-avonds laat wanneer je een beetje slaperig bent. Of juist op een tijdstip dat je goed bent uitgerust;

## Overige tips bij het ontharen met Suikerwax

- 1) **Doe het samen met je vriend, je vriendin, je zus of je moeder of tante. Niet alleen is dat gezellig, het leidt af, je hebt 2 extra handen om de huid goed te kunnen spannen en je kunt echt overal bij;**
- 2) gebruik eventueel ijs op de huid voordat je gaat ontharen. Zorg er dan wel voor dat de huid droog blijft (gebruik bijvoorbeeld een campingelement uit de koelbox), anders kan de hars minder goed werken;
- 3) begin rustig. Begin dus met harsen op de minder gevoelige delen. Start je harservaringen niet met een full body wax of met het harsen van je bikinilijn. Doe in het begin kleine stukjes tegelijk. Bouw het harsen en daarmee je ervaring met harsen langzaam op;
- 4) doe gevoelige delen aan het eind. Als je de gevoelige delen hebt onthaard, ben je klaar. Het kan ook zijn dat je de gevoelige delen juist eerst wilt ontharen. Dan heb je het maar gehad. Het hangt er dus van af wat je wilt;
- 5) druk met je hand of vingers snel op de plek die geharst is en wrijf er over. Je zult merken dat het werkt!

## Het harsen met Suikerwax

### Benodigde materialen:

- a) Suikerwax in 400 ml of 800 ml blik van The Sugaring Shop
- b) Harsverwarmer Q400 voor 400 ml blikken of bijvoorbeeld de Elegance 800 voor 800 ml blikken
- c) Pre Wax Lotion van The Sugaring Shop
- d) non woven ontharingsstrips
- e) houten spatels voor lichaam, gezicht of wenkbrauwen.

### Optioneel

- f) de extra handen (en steun) van een vriend, vriendin, moeder of tante.
- g) Neutrale talkpoeder

### Checklist voordat je begint:

- ✓ Zijn de haren niet te kort en niet te lang? Ideale lengte is tussen 0,5 en 1 cm.
- ✓ Hoewel Suikerwax hypo allergen is, test je ieder nieuw cosmetisch product op een klein deel van je huid voor je begint. Test ook de Suikerwax minimaal 24 uur voordat je begint!
- ✓ Is de huid goed voorbereid: schoon en vetvrij? (Heb je eventueel een dag van tevoren een peeling toegepast als de haren erg op en in de huid zaten?)
- ✓ Breng als je een vette huid hebt wat talkpoeder aan op de huid voordat je de ontharingsstrips op de huid aanbrengt. Breng bij het harsen van rug en/of borst altijd talkpoeder aan voor het harsen. Talkpoeder zorgt er altijd voor dat Suikerwax – die werkt door zijn plakkerigheid – minder aan de huid plakt.

Oefen de harstechniek eventueel “droog” met een strip papier o.i.d. Let er goed op hoe je de strip vastpakt, om te voorkomen dat er Suikerwax aan je vingers komt te zitten. Mocht dit toch gebeuren tijdens het harsen, verwijder de Suikerwax dan met een lauwwarm water op (de hars lost immers op in water). Droog je handen wel goed af voordat je verder gaat met harsen.

- 1) Suikerwax moet licht verwarmd worden voor gebruik. Doe dit bij voorkeur in een harsverwarmer met regelbare thermostaat zoals de Q400 harspotverwarmer van The Sugaring Shop. Suikerwax moet tijdens het aanbrengen iets warmer zijn dan de lichaamstemperatuur. De Suikerwax moet licht vloeibaar en stroperig zijn, maar nog voldoende dik zodat hij goed aan de spatel blijft hangen en goed te spatelen is.

Tip: gebruik een aparte spatel om de Suikerwax te roeren. Zet deze roerspatel na gebruik tegen de zijkant van het blik aan.

- 2) Test de temperatuur van de hars aan de binnenkant van de pols.
- 3) Reinig de huid met de Pre Wax Lotion, zodat de huid goed schoon/droog en vetvrij is.
- 4) Breng eventueel talkpoeder aan op de te ontharen huid bij een vette huid of indien de huid erg transpireert.
- 5) Doop een spatel in de Suikerwax en veeg 1 kant van de spatel af aan de zijkant van je blik (om druipen tijdens het transport te voorkomen). Wanneer je de spatel vervolgens naar de huid beweegt, kun je hem eventueel licht bewegen/kantelen zodat de hars niet van de spatel afloopt. Houd vooral als onge oefend harsser altijd 1 hand onder de spatel tijdens het transport naar de

huid. Veeg de Suikerwax af op de huid en zet vervolgens de spatel in een hoek van 45 graden op de huid terwijl je de spatel en daarmee de hars zo dun mogelijk in de richting van de haargroei aanbrengt

- 6) Breng een papieren ontharingsstrip aan op de hars. Laat daarbij een (1/4) deel van de ontharingsstrip vrij om voldoende grip te krijgen en de strip te kunnen verwijderen zonder daarbij steeds in de hars te grijpen (die op de strip komt te zitten).
- 7) Houd de huid goed strak/span de huid en verwijder vervolgens de ontharingsstrip met een snelle, besliste beweging langs de huid. Je moet de ontharingsstrip dus niet van de huid af trekken, maar zoveel mogelijk parallel langs de huid bewegen (in een snelle, besliste beweging!)



Juiste richting verwijderen strip

- 8) Druk direct na het harsen met de vingers of de hand op de huid die is onthaard. Door de druk worden roodheid en ongemak geminimaliseerd.

*Op gevoelige delen zoals gezicht, oksels en bikinilijn mag je eenzelfde deel van de huid niet vaker dan 1 x harsen met vloeibare hars om irritatie te voorkomen. Als er dus na het harsen nog haartjes zichtbaar zijn, kun je deze beter met een pincet verwijderen in plaats van nogmaals dezelfde huid te harsen.*

- 9) Volg stap 5, 6, 7 en 8 totdat je de huid die je wilde ontharen, geheel hebt onthaard. Je kunt de ontharingsstrippen meerdere keren gebruiken om de hars te verwijderen. Als je meer ervaring hebt met harsen, kun je grotere delen tegelijk harsen. (Het is dan zelfs mogelijk om eerst je hele onderbeen in de hars te zetten en dat achter elkaar te verwijderen.)
- 10) Als er na het ontharen nog veel harsresten zitten kun je beter eerst met een schone ontharingsstrip de hars verwijderen. Vervolgens kun je de kleine harsrestjes verwijderen door lauwwarm water te gebruiken Suikerwax is namelijk oplosbaar in water.
- 11) Desinfecteer de huid na het ontharen nogmaals.
- 12) Breng tot slot een kalmerende crème aan (bijvoorbeeld de Cooling gel met menthol 250 ml).

### **Harsen benen**

Als je nog geen of weinig ervaring hebt met harsen, begin dan met het ontharen van de onderbenen. Je kunt dan je techniek goed oefenen. Je zult merken dat als je de aanwijzingen goed volgt, je het harsen snel onder de knie zult hebben. Trouwens als je de knieën wilt ontharen, kun je het beste de hars aanbrengen en verwijderen op een gebogen – en geen gestrekte – knie. Let ook op de haargroeirichting op de achterkant van je benen!

### **Harsen armen**

Let goed op de richting van de haargroei. Hars kleine stukjes tegelijk zodat je zoveel mogelijk rechte stukjes harst (in plaats van rondingen). Goed de huid spannen om te voorkomen dat je de huid naar

boven trekt (omdat je eigenlijk een hand te kort komt kun je het beste de hulp inroepen van een vriendin, zus of moeder).

### **Harsen oksels**

Let bij het harsen van de oksel speciaal op de richting van de haargroei. De haren groeien meestal in (minimaal) 2 richtingen. De hars moet dus in twee gedeelten worden opgebracht en verwijderd. Bij het verwijderen van hormonaal haar (vooral oksel en bikinilijn) ontstaan soms kleine puntbloedinkjes, zelfs als je de huid goed hebt gespannen. Desinfecteer de huid gelijk na het verwijderen van de hars. Breng zo nodig opnieuw talkpoeder aan als je nog meer moet harsen.

Goed spannen is essentieel. Omdat je ook hier eigenlijk een hand tekort komt, kun je het beste de hulp inroepen van een vriend, vriendin, zus of moeder.

### **Harsen bikinilijn**

**BELANGRIJK:** Alleen vrouwen kunnen hun bikinilijn harsen met vloeibare Suikerwax en strips. Mannen kunnen alleen harde striploze hars gebruiken!

Als je nog nooit hebt geharst of niet veel ervaring hebt, begin dan niet op je bikinilijn en probeer al helemaal geen "Brazilian", maar probeer deze harstechniek eerst uit op bijvoorbeeld je onderbeen.

Let ook bij het harsen van de bikinilijn goed op de richting van de haargroei. Zorg er voor dat de haren niet te lang zijn. Knip ze zo nodig af tot een lengte van 0,5 – 1 cm. Hars kleine stukjes tegelijk zodat je de huid goed kunt spannen en zoveel mogelijk rechte stukjes (in plaats van rondingen) harst. Knip daartoe de ontharingsstrips in kleinere stukken. Een goede techniek (goed spannen en snel trekken) is bij bikinilijn ontharing (en overigens alle lichaamsdelen waar de huid "losser" zit dan op je onderbeen) essentieel. Immers, als je niet goed spant, trek je vooral de huid naar boven toe en blijven de haren zitten.

Hygiëne is altijd belangrijk. Vooral bij het harsen van de bikinilijn. Reinig de huid zowel voor als na het harsen met de Pre Wax lotion.

Bij het verwijderen van hormonaal haar (vooral oksel en bikinilijn) ontstaan soms kleine puntbloedinkjes, zelfs als je de huid goed hebt gespannen. Desinfecteer de huid gelijk na het verwijderen van de hars. Breng zo nodig opnieuw talkpoeder aan als je nog meer moet harsen.

### **Harsen bovenlip/gezicht**

Wanneer de huid niet te gevoelig is, kun je ook eventueel het gezicht harsen met Suikerwax. Houd er rekening mee dat Suikerwax werkt door zijn plakkerigheid en dat de Suikerwax ook altijd aan de huid zal plakken. Gebruik altijd talkpoeder voordat je de Suikerwax aanbrengt.

Breng de hars vervolgens dun aan in de richting van de haargroei. Breng de ontharingsstrip op en verwijder de strip op de hiervoor beschreven wijze, terwijl je huid zeer goed strak trekt. Breng de hars slechts 1 x aan! Zijn er haren blijven zitten, gebruik dan een pincet.

### **Harsen wenkbrauwen**

Suikerwax is bij uitstek geschikt voor het harsen van wenkbrauwen omdat een plakkerige hars vaak beter werkt bij haren die plat op de huid liggen. Gebruik altijd talkpoeder op de huid voordat je begint. Gebruik

de dunste wenkbrauwspatel voor het aanbrengen van de Suikerwax in de richting van de haargroei. Span de huid zeer goed bij het verwijderen van de ontharingsstrip! Breng de hars slechts 1x aan op dezelfde plaats! Zijn er haren blijven zitten, gebruik dan een pincet.

### De evaluatie: wat kan er misgaan

- Als de haren niet goed zijn verwijderd, zijn ze te kort geweest of heb je de huid niet goed gespannen tijdens het verwijderen van de hars, waardoor je slechts de huid omhoog hebt getrokken.
- Let erop dat je de ontharingsstrips niet te langzaam verwijdert, maar **snel** en met een **besliste beweging parallel** langs de huid. Zorg ervoor dat je de ontharingsstrips goed op de hars wrijft in de richting van de haargroei. Let erop dat je de ontharingsstrips **tegen** de haargroei in verwijdert.
- Als de huid tijdens het harsen te vochtig (transpiratie) of te vet is, zal de hars minder goed werken.. Hars altijd voordat je onder de douche gaat en gebruik 24 uur voordat je gaat harsen geen vette bodymilk meer of iets dergelijks. Als je erg last hebt van transpiratie of een vette huid, kun je voorafgaand aan het harsen wat talkpoeder aanbrengen op de huid.
- Zorg er voor dat de haren niet te lang zijn. Knip ze zonedig af tot een lengte van 0,5 – 1 cm. Het harsen is daardoor minder gevoelig en de kans op het afbreken van de haren wordt verkleind. De haren mogen ook niet te kort zijn omdat de hars er dan minder “grip” op kan krijgen.

### Na het harsen

1. Probeer na het harsen niet te krabbelen of hard over de huid te wrijven. Door het harsen kan een verhoogde bloedtoevoer ontstaan en daarmee jeuk. Krabbelen en hard wrijven kan de huid irriteren.
2. Vermijd te strakke kleding op huid die pas is geharst om het ingroeien van haren te voorkomen. Als je aanleg hebt voor ingegroeide haren, pas dan regelmatig een peeling toe op de huid die is geharst, te beginnen vanaf 24-48 uur na het harsen.
3. Vermijd tot 48 uur na het harsen: heet bad, zonnebad, sauna of andere warmte/hitte behandelingen.
4. Gebruik ook na die tijd een goed zonneproduct met beschermingsfactor.
5. Gebruik tot 24 uur na het harsen geen producten op de huid die Alpha Hydroxy Zuren (AHA) bevatten, omdat dit mogelijk gevoeligheid en irritatie kan veroorzaken.

Kijk op [thesugaringshop.com](http://thesugaringshop.com) voor overige tips en aanwijzingen bij het harsen.

Voor verdere vragen of advies kunt u contact opnemen met [info@thesugaringshop.com](mailto:info@thesugaringshop.com) of telefonisch via het telefoonnummer vermeld op de site [www.thesugaringshop.com](http://www.thesugaringshop.com)