



ATELIER ROSE VOLLMER

Der richtige BH

Eines der besten Dinge, die Sie für Ihren Busen tun können, ist, einen BH zu tragen. Ein sorgfältig ausgewählter BH, der gut sitzt, gibt Ihnen ein gutes Gefühl, schmeichelt Ihrer Figur und verhindert auf lange Sicht ein Absinken der Brust.

Abhängig von der Empfindsamkeit gegenüber Östrogen kann die Brust während der Pubertät sehr schnell stark wachsen. Eine einfache Methode herauszufinden, wann es Zeit wird einen BH zu tragen, ist die Tiefe der Falte am Brustansatz. Ist diese Falte unter der Brust tief genug, um einen Bleistift zu halten, sollte man beginnen einen BH zu tragen. Denn sobald die Brust ein gewisses Gewicht erreicht hat, sollte sie unterstützt und gehalten werden. Und eine Brust in der 75B wiegt bereits 250g! Wenn Sie Sport treiben, ist es besonders wichtig einen BH zu tragen. Beim Joggen oder ähnlichen Sportarten halten die Sehnen das gesamte Gewicht der Brust alle 2 Sekunden. Daher sollten Sie einen speziellen Sport BH mit genügend Stützfunktion tragen.

Viele Frauen suchen keine fachkundige Beratung, wenn sie einen BH kaufen. Viele kaufen über Jahre hinweg dieselbe Größe ohne sich zu vergewissern, ob sie wirklich noch passt. Viele Frauen kaufen ohne zu probieren mit dem Ergebnis, dass der BH nicht gut sitzt oder nicht den Halt gibt, den die Brust eigentlich braucht.

Es ist erwiesen, dass ca. 80% aller Frauen die falsche BH Größe tragen. Das ist sehr bedauerlich, denn in einem schlecht sitzenden BH fühlen Sie sich nicht nur unwohl, er kann auf lange Sicht auch Schmerzen verursachen.

Der erste Schritt zum Finden des richtigen BH's ist das exakte Maßnehmen. Das können Sie selbst tun, oder sie lassen sich von einer Freundin oder Beraterin in einem Wäschefachgeschäft helfen. Hier wird man auch den richtigen BH für Sie finden.

Häufig wird der Fehler gemacht, den BH im Umfang eine Nummer größer zu kaufen, obwohl eine größere Cupgröße gebraucht wird. Dabei ändert sich der Unterbrustumfang nur selten, wohingegen die Cupgröße häufiger schwankt. So passiert es, dass eine Frau, die eine 75B trägt und der Meinung ist, sie bräuchte einen größeren BH, eine 80B kauft, wobei sie wahrscheinlich eine 75C bräuchte. Dies ist aber hauptsächlich ein Problem für Frauen mit einer sehr großen Cupgröße. Benötigt eine Frau, z.B. eine 75G und findet keinen passenden BH, landet sie am Ende vielleicht bei einer 85E, um dem richtigen Cupvolumen zu entsprechen. Der Unterbrustumfang ist dann aber viel zu groß und der BH wird ihr nicht die nötige Stützfunktion geben.

Es ist wichtig, den BH sorgfältig anzuprobieren und auszuwählen, um Probleme zu vermeiden. Ca. 2/3 der Frauen mit einer großen Cupgröße klagen über Schmerzen zwischen den Schulterblättern und im Nacken. Dies sind Folgen vom Tragen des falschen BH's und einer mangelhaften Haltung. Die richtige Größe ist der erste Schritt, aber noch ein paar Dinge sollten bei der Wahl eines BH's beachtet werden. Ihre persönlichen Vorlieben und der Effekt, den sie mit einer bestimmten BH-Form erzielen wollen, sollten Berücksichtigung finden. Mögen Sie, z.B. lieber einen Vorderverschluss oder einen Rückenverschluss? Tragen Sie lieber einen Bügel BH oder einen bügellosen? Möchten Sie Ihren Busen hervorheben oder von ihm ablenken und ihn kleiner erscheinen lassen? Für all Ihre Wünsche gibt es den passenden BH, nur leider kennen die meisten Frauen die breite Vielfalt und Modellformen am Markt nicht. (siehe BH-Lexikon / BH-Formen)

Nicht alle BH's der gleichen Größe sitzen auch gleich. Manchmal bringt der Wechsel zu einem anderen Modell den gewünschten Erfolg eher, als der Wechsel zur anderen Größe. Und letztendlich variieren auch die BH Hersteller in ihrer Größenauffassung. Eine 75D bei einem Hersteller kann leicht eine 75C bei einem anderen Hersteller sein.