

GUT VERPACKT: Der perfekte BH

Die Auswahl an BHs ist riesig, doch woher weiß man, welcher der richtige für die jeweilige Figur, Vorliebe und den individuellen Lebensstil ist? Dessous-Expertin Kristina Purzner klärt auf, worauf man beim Kauf des optimalen BHs achten muss.



Kristina Purzner betreibt in der Neubaugasse in Wien den Dessousladen *Lingerie Macchiato*. Infos auf lingeria-macchiato.at

Büstenhalter gibt es in allen Formen und Variationen. Wie muss der perfekte BH sein?

Eines sollten alle BHs gemeinsam haben, um für die Trägerin perfekt zu sein: Der BH muss probiert werden und im Idealfall durch Beratung in Größe und Schnitt optimiert werden.

Wie ermittelt man die ideale BH-Größe?

Zahlen und Buchstaben in der Größenbeschreibung geben Aufschluss darüber, in welchem Verhältnis der Rippenbogen zum Brustumfang steht. Die Abmessung hilft, zur richtigen Größe zu greifen. Zuerst misst man den Umfang unter der Brust, direkt auf dem Rippenbogen, dann den Brustumfang an der breitesten Stelle. Die Differenz der größeren zur kleineren Zahl muss zuletzt durch zwei dividiert

werden. Die dabei entstandene Zahl ergibt das Körbchen: 1 = A, 2 = B, 3 = C und so weiter.

Wie wichtig ist das Material des BHs?

Beim Material sollte man darauf achten, dass man beim Probieren ein angenehmes Gefühl hat. Wenn der BH schon in der Kabine kratzig und unangenehm ist, ist vom Kauf abzuraten.

Welche BH-Trends gibt es zurzeit auf dem Markt?

Femininität wird wieder zelebriert – und zwar größenunabhängig. Natürlichkeit steht stark im Vordergrund, BHs ohne Schaumformung auch in kleinen Größen, transparente Materialien und Bodys sowie der Balconette-BH für das modisch gewordene Dirndl gewinnen wieder an Bedeutung. Spitz und fließende Stoffe sind gefragt und geben der Trägerin ein sehr weibliches Gefühl. Ich finde, das ist gut so!

Zum Thema Sport: Was muss man beim Kauf eines Sport-BHs beachten?

Beim Sport ist es wichtig, dass die Brust eine optimale Stütze erhält. Der BH muss sich der Intensität des Sports anpassen und die Brust in der Bewegung abfangen, um so ein Überdehnen und Folgeschmerzen zu vermeiden. Ein Push-up-BH zum Beispiel ist dafür wenig geeignet. Er kann sich der Bewegung schlecht anpassen und ist für den Sport die falsche Wahl.

TIPPS UND TRICKS BEIM BH-KAUF

☛ Arme nach oben strecken und dann wieder runternehmen: **Wenn der BH nicht unter dem Busen bleibt, sondern sich auf die Brüste setzt, ist es nicht die richtige Passform.** Merke: Ein BH muss sich der Körperbewegung anpassen!

☛ **Beim Kauf eines Sport-BHs sollten die Brüste unter den Armen und am Dekolleté optimal in die Körbchen passen.** Sobald Haut überquillt oder die Brust gequetscht wird, braucht man eine andere Größe oder ein anderes Modell.

☛ **Immer eine zweite Person zum BH-Kauf mitnehmen!** Diese kann dich unterstützen und dir helfen, falls du unter dem großen Angebot von unterschiedlichen BHs den Überblick verlierst.

☛ **Zum Anprobieren solltest du die mittlere Verschlussgröße austesten** – wenn du mal ein Hauchel zunimmst, kannst du den BH immer noch ein bisschen größer stellen.

☛ **Aufregende Unterwäsche ist nichts für das Fitnessstudio!** Wer verführen will, muss in puncto Bequemlichkeit Abstriche machen, da Satin und Spitze für Sport ungeeignet sind!

☛ **Wer die Brüste größer schummeln will, sollte auf BHs mit vertikalen Nähten setzen.**

REDAKTION: USA JEGUTSCH; ILLUSTRATION: JULIA MERTA; FOTOS: SEBASTIAN KACZOR; BEIGESTELLT