



Оказывается, 70% женщин на земле носят бюстгальтер, который им не подходит по размеру. Я вот и задумалась, не попадаю ли я в эти 70%? Оказалось, что попадаю. Поэтому решила рассказать о том, как правильно его выбирать.

Как же определить, что бюстгальтер вам не подходит? Нужно обратить внимание на бретельки, ленту застежку и чашечки.

### Бретельки

Бретельки имеют разную ширину, выбирать их надо в зависимости от вашего размера груди. Если у вас маленькая грудь, то бретельки должны быть узкими, а если большая, то конечно они должны быть широкими. Как проверить подходят ли вам бретельки? Нужно снять бретельки и если без них ничего не изменилось – значит это ваши бретельки, а если без них все падает или пытается упасть – то это неподходящий вариант. Также бретельки имеют определенную длину. Лифчик вам подходит полностью, если бретельки располагаются на спине только горизонтально, а никак не под углом.

### Лента застежка

Нельзя выбирать бюстгальтер, который очень туго на вас сидит. Если над лентой застежкой появляются мешки – он вам маловат. Также нельзя выбирать лифчик, который велик под грудью, так как грудь выпадает из чашечек при малейшем движении, бретельки вечно падают, застежка постоянно задирается вверх.

### Чашечки

Во-первых, в бюстгальтере грудь не должна болтаться и не должно быть складок на чашечках, так как они плохо будут держать грудь и складки будут видны через одежду.

Для того, чтобы подобрать правильный бюстгальтер, обязательно нужно знать свои размеры. Для этого, берем сантиметровую ленту, измеряем обхват груди и под грудью (руки при измерении обязательно должны быть внизу).

И все-таки, даже если вы знаете все свои размеры, лучше все равно примерить пару тройку моделей, так как они могут сидеть по-разному. Удачного вам выбора и приобретения!