

# Πίνακας μεγεθών για στηθόδεσμους και μαγιώ

## Πώς θα βρείτε το σωστό στηθόδεσμο

1. Πρώτα μετρήστε την περιφέρεια κάτω από το στήθος σε εκατοστά.
2. Μετά μετρήστε τη μισή πλευρά μαζί με το στήθος σε εκατοστά και πολλαπλασιάστε το επί δύο για να βρείτε το μέγεθος του cup.
3. Καθορίστε το ακριβές μέγεθος του στηθόδεσμου συγκρίνοντας τις μετρήσεις σας με τον πίνακα μεγεθών.

Συμβουλή: Για όλες τις μετρήσεις λάβετε υπόψη σας πώς η ταινία μέτρησης εφαρμόζει ακριβώς πάνω στο δέρμα, σε ευθεία γραμμή χωρίς να πιέζει. Για ακριβή αποτελέσματα κάνετε τη μέτρηση πάνω από το στήθος με κατεβασμένα τα χέρια σας.

## Μέτρηση Περιφέρειας κάτω από το στήθος

Για να βρείτε το μέγεθος του στηθόδεσμου, οι μετρήσεις της περιφέρειας χωρίζονται σε ομάδες, κάθε μια από τις οποίες περιέχει πέντε διαδοχικά μεγέθη (εκ.)

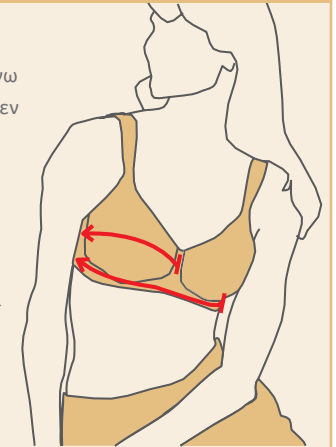
68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 ...

Μία μέτρηση κάτω από το στήθος μεταξύ 68 -72 εκ. αντιστοιχεί σε μέγεθος στηθόδεσμου 70 ενώ μία μέτρηση μεταξύ 73-77 cm αντιστοιχεί σε μέγεθος 75 κτλ. Τα μεγέθη καταλήγουν πάντα σε „0“ ή „5“.

## Συμβουλές για πρακτική εφαρμογή

**Μισή μέτρηση πάνω από το στήθος:**  
Μετρήστε από το μέσο του θώρακα πάνω από το γεμάτο μέρος του μαστού που δεν έχει υποβληθεί σε επέμβαση, μέχρι το κέντρο της σπονδυλικής στήλης.

**Μέτρηση κάτω από το στήθος:**  
Μετρήστε την περιφέρεια του θώρακα ακριβώς κάτω από το μαστό που δεν έχει υποβληθεί σε επέμβαση.



## Μέτρηση κάτω από το στήθος σε εκ. μεταξύ

	63-67	68-72	73-77	78-82	83-87	88-92	93-97	98-102	103-107	108-112	113-117	118-122
--	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	---------	---------	---------	---------

## δίνει μέγεθος στηθοδέσμου

	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120
--	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----

## Μέτρηση πάνω από το στήθος (εκ.) σε σύγκριση με τον παραπάνω πίνακα δίνει το μέγεθος του cup

<b>AA</b>	75-77	80-82	85-87	90-92	95-97	100-102	105-107	110-112	115-117	120-122	125-127	130-132
<b>A</b>	77-79	82-84	87-89	92-94	97-99	102-104	107-109	112-114	117-119	122-124	127-129	132-134
<b>B</b>	79-81	84-86	89-91	94-96	99-101	104-106	109-111	114-116	119-121	124-126	129-131	134-136
<b>C</b>	81-83	86-88	91-93	96-98	101-103	106-108	111-113	116-118	121-123	126-128	131-133	136-138
<b>D</b>	83-85	88-90	93-95	98-100	103-105	108-110	113-115	118-120	123-125	128-130	133-135	138-140
<b>E</b>	85-87	90-92	95-97	100-102	105-107	110-112	115-117	120-122	125-127	130-132	135-137	140-142
<b>F</b>	87-89	92-94	97-99	102-104	107-109	112-114	117-119	122-124	127-129	132-134	137-139	142-144
<b>G</b>	89-91	94-96	99-101	104-106	109-111	114-116	119-121	124-126	129-131	134-136	139-141	144-146

# Πώς να βρίσκετε το σωστό μέγεθος σιλικόνης που να ταιριάζει με το μέγεθος του στήθοδέσμου

Αρχικά μετρήστε την περιφέρεια και το μέγεθος του cup όπως φαίνεται στην μπροστινή σελίδα. Στη συνέχεια καθορίστε το σωστό μέγεθος της πρόθεσης ακολουθώντας τους διπλανούς πίνακες.

Αυτός ο πίνακας μεγεθών θα σας βοηθήσει να βρείτε την πρόθεσή σας. Παρόλα αυτά θα πρέπει να λάβετε υπόψη σας και τη δική σας εμπειρία καθώς και πώς αισθάνεστε με την πρόθεση.

Μέγ. Cup	Μέγ. Περιφέρειας																		
AA	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120							
A	60	65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120						
B			65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120					
C				65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120				
D					65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120			
E						65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120		
F							65	70	75	80	85	90	95	100	105	110	115	120	
G											75	80	85	90	95	100	105	110	115

Amoena προθέσεις σιλικόνης

Contact Energy Individual Natura Essential

Μέγεθος πρόθεσης																	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15*	16*	17*

\* Διαθέσιμο μόνο στο Amoena Essential και Amoena Natura

Amoena Recovery Care

Priforms

PurFit

Μέγεθος πρόθεσης																	
		1/2		3/4		5/6		7/8		9/10		11/12		13/14			
				4		6		8		10		12					

Amoena partial shapers

Amoena Balance

Σχήμα	Μέγεθος									
Delta <sup>1,2</sup>		1/2		3/4		5/6		7/8		9/10
Oval <sup>1</sup>	0/1		2/3		4/5		6/7		8/9	
Varia <sup>1</sup>			S		M		L		XL	

<sup>1</sup> Διαθέσιμο επίσης στο Amoena Balance Contact

<sup>2</sup> Διαθέσιμο επίσης στο Amoena Balance Individual

## Προθέσεις σιλικόνης Amoena – Πώς να επιλέξετε τη σωστή φόρμα του cup

		Φόρμες Cup		
		1 Ρηχό	2 Μέτριο	3 Γεμάτο
Μεγέθη Cup	A			
	B			
	C			
	D-G	Παραδείγματα από φόρμες Cup φαίνονται για τα μεγέθη A-C αλλά υπάρχουν και για τα μεγέθη D-G.		

Οι γυναίκες μαστοί δεν διαφέρουν μόνο στην περιφέρεια και στο μέγεθος του cup αλλά και στο σχήμα. Για να πετύχει η Amoena την καλύτερη εφαρμογή προσφέρει τρία διαφορετικά σχήματα cup. Αυτά προσδιορίζονται με τους αριθμούς 1 έως 3 (αντιστοιχούν σε ρηχό, μέτριο και γεμάτο cup) που ακολουθούν του ονόματος της πρόθεσης, π.χ. Amoena Contact 2s.

Μόλις καθοριστεί το σωστό μέγεθος πρόθεσης, προχωρήστε επιλέγοντας το σωστό μέγεθος cup. Μετά εντοπίστε τη φόρμα cup συγκρίνοντας τις εικόνες του αριστερού πίνακα με το προφίλ του μαστού που δεν έχει υποβληθεί σε επέμβαση, ενώ η γυναίκα φοράει στήθοδεσμο και διαλέξτε αυτή που ταιριάζει καλύτερα. Ένα εφαρμοστό T-shirt μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να δείξει μια καλή εφαρμογή.

Συμβουλή: Γυναίκες με μικρή περιφέρεια έχουν συνήθως γεμάτο σχήμα cup ενώ γυναίκες με μεγάλη περιφέρεια τείνουν σε πιο ρηχό.

