



Wann ist der richtige Zeitpunkt, einen Still-BH zu kaufen und Größenermittlung:

Ab der **36. Schwangerschaftswoche** können Sie sich Still-BHs zulegen, um für Ihren Krankenhausaufenthalt schon ausgestattet zu sein. Ein guter Zeitpunkt ist, wenn sich das Baby gesenkt hat, und somit der Umfang etwas abnimmt.

Um den Still-BH schon als Schwangerschafts-BH tragen zu können gilt, dass in der Regel das Körbchen um 1 bis 2 Cups größer wird, als vor der Schwangerschaft.

Die Bundweite wächst um ungefähr eine Größe (ca. 5cm), insbesondere wenn der derzeitige BH sich nur noch am letzten Häkchen schließen lässt. Wir empfehlen für diese Zeit den **Seamless-Still-BH, den Bliss-Still-BH, den Sublime-Still-BH** oder den **Original-Still-BH**. Diese sind größenübergreifend, sprich sie lassen der Brust Spielraum, engen nicht ein und stützen trotz allem optimal.

Bei größerer Gewichtszunahme empfehlen wir, eine BH-Verlängerung einzusetzen.

Ein Beispiel: Sie haben vor der Schwangerschaft 80B, dann dürfte zum Ende der Schwangerschaft 80-85 C/D passen.

Einige Wochen nach der Entbindung nimmt der Körperumfang wieder bis zur normalen Größe ab, das Körbchen bleibt normalerweise in der Stillphase gleich.

Ab der 36. Woche hat die Brust schon ungefähr die Größe, die sie während der Stillphase behalten wird.

Wir empfehlen Ihnen bei der Anprobe darauf zu achten, dass Sie beim Cup noch etwas Spielraum auch beispielsweise für eine Stilleinlage mit einrechnen.

Der Still-BH darf im Umfang nicht zu locker sitzen, auch aufgrund der Stützfunktion. Sie sollten die Möglichkeit haben, ihn enger stellen zu können, falls Sie nach der Geburt abnehmen und der Körperumfang somit auch schmaler wird. Bei vielen Müttern entwickelt sich dieser zum ursprünglichem Umfang zurück. Es empfiehlt sich mindestens eine Häkchenreihe.

Mütter mit Still Erfahrung oder Mütter, die schon einige Wochen stillen und deren Brust nicht mehr

Größenschwankungen ausgesetzt sind, können wir auch **Still-BH mit Bügel (z.B. von Emma Jane oder Anita) oder BHs aus festerem Material** empfehlen. Dann sind die Still-BHs meist nach dem normalen BH-Größensystem eingeteilt.

Für Mütter mit großem Brustumfang z.B. E/F empfehlen wir unsere **Emma Jane Still-BHs**, die **Anita BHs** oder den **Bravado Original Still-BH**, da diese beispielsweise je nach Cup über breiter geschnittene Träger verfügen. Sollten Sie ein größeres Körbchen haben, würden wir Ihnen gerne den **Bravado Original Still-BH in Sondergröße sowie den Anita BH 5052** empfehlen, diese werden individueller angefertigt und geben guten Halt. Auch der **Schick Stillen BH**, ein Baumwoll-BH, ist sehr beliebt bei großen Größen, ebenfalls unsere **Cake Kollektion**.

Wir möchten darauf hinweisen, dass unser Größenrechner nur Richtwerte bietet! Wenn Sie unsicher sind oder Fragen haben, dann kontaktieren Sie uns für eine Beratung. Wir helfen gerne weiter. Tel. 02207/9124220 Um Sie gut zu beraten, sind folgende Informationen für uns hilfreich: Ihr Schwangerschaftsmonat, Ihre Größe vor der Schwangerschaft, eventuell, ob zurzeit ein BH besonders gut oder noch passt und Ihre aktuellen Maße (Unterbrust- und Überbrustmaß). Hierfür legen Sie einmal ein Maßband unter der Brust an und einmal auf der Brust zentral.

So können Sie auch Ihre ungefähre Größe selbst bestimmen:

Sie sollten einen normalen BH ohne Stilleinlagen tragen, normal atmen und aufrecht stehen.

Legen Sie das Maßband unter der Brust um den Brustkorb an. Das Maßband sollte nicht einengen. Runden Sie den Wert auf oder ab, z.B. 81cm ist Größe 80, 88cm ist Größe 90 und so weiter. Dies ist das Maß Ihres Unterbrustbandes.

Dann legen Sie das Maßband direkt über Ihren Brustwarzen an, dort ist der größte Umfang der

Brust, um die Körbchengröße zu ermitteln. Das Maßband darf wieder nicht einengen.

Dieses Maß ziehen Sie nun von dem vorher bestimmten Wert des Unterbrustbandes ab.

Aus der nachfolgenden Liste können Sie nun Ihre aktuelle Körbchengröße ablesen, bzw. anhand der Werte in 2er-Schritten weiterführen:

Differenzbetrag	Körbchengröße
12-14cm	A-Körbchen
14-16cm	B-Körbchen
16-18cm	C-Körbchen
18-20cm	D-Körbchen
20-22cm	E-Körbchen

Wir bemühen uns, in den Beschreibungen der einzelnen BHs so gut wie möglich Passform und eventuelle Größendifferenzen (unsere Erfahrungswerte) mit einzubringen. Wir hoffen, diese helfen Ihnen ebenfalls weiter.

Schick-Stillen.de