



SPRÁVNOST VÝBĚRU PODPRSENKY A JEHO VÝZNAM

Bakalářská práce

Studijní program: B3107 – Textil
Studijní obor: 3107R007 – Textilní marketing
Autor práce: **Eliška Kovářová**
Vedoucí práce: Ing. Denisa Karháňková





TECHNICAL UNIVERSITY OF LIBEREC
Faculty of Textile Engineering



THE CORRECT CHOICE OF BRA AND ITS IMPORTANCE

Bachelor thesis

Study programme: B3107 – Textil
Study branch: 3107R007 – Textile marketing - textile marketing
Author: **Eliška Kovářová**
Supervisor: Ing. Denisa Karháňková



Tento list nahradte
originálem zadání.

Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci (TUL) nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu TUL.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti TUL; v tomto případě má TUL právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

PODĚKOVÁNÍ

Tímto bych chtěla poděkovat Ing. Denise Karháňkové za ochotu vést moji bakalářskou práci, za její trpělivost a užitečné rady.

Také děkuji p. Karolíně Tomascové z obchodu Správná podprsenka za poskytnutí rozhovoru, v neposlední řadě děkuji všem respondentkám za čas, který si vyhradily na vyplnění mého dotazníku, a stejně tak i své rodině za trpělivost a pomoc při zpracování mé bakalářské práce.

ANOTACE

Práce krátce shrnuje historii dámské podprsenky, zabývá se anatomií ženského těla a problémy, které mohou nastat při nošení špatné podprsenky.

Nabízí stručný popis správného měření a výběru podprsenky a předkládá marketingový výzkum a jeho zpracování.

V závěru práce jsou předloženy webové stránky, shrnující postup správného výběru a možných zdravotních komplikací.

Klíčová slova

Podprsenka, Historie podprsenky, Textilní materiály, Anatomie ženského těla, Zdravotní komplikace, Správný výběr podprsenky

ANNOTATION

The bachelor assignment briefly summarizes the history of ladies's bra, it also concerns the woman's anatomy and complications which can occur when wearing a bra of incorrect size.

The assignment shows a short description of proper selection of a ladies bra and submits marketing research and its summary.

At the end of the assignment is the web site which resumes the proper selection and medical complications.

Key words

Bra, Bra's History, Textile materials, Anatomy of a woman's body, Medical complications, Proper selection of a bra

Obsah

Úvod	9
1 Teoretická část	10
1.1 Historie vývoje podprsenky	10
1.1.1 Starověk.....	10
1.1.2 Středověk.....	11
1.1.3 Renesance.....	11
1.1.4 Baroko a rokoko	12
1.1.5 19. a 20. století	12
1.2 Význam podprsenky v dnešní době	15
1.3 Materiály vhodné pro výrobu podprsenek	15
1.3.1 Vlákná přírodní	15
1.3.2 Vlákná syntetická	17
1.3.3 Vlákná ze syntetického polymeru	18
1.4 Anatomie ženského těla a zdravotní problémy	20
1.4.1 Ňadra	20
1.4.2 Lymfatická mízní soustava.....	21
1.4.3 Vliv podprsenky na prsní tkáň	24
1.4.4 Zdravotní problémy.....	25
1.5 Správný postup měření těla pro výběr vhodné podprsenky	26
1.6 Údržba podprsenky	28
1.7 Marketingový výzkum	28
1.7.1 Primární výzkum	29
1.7.2 Sekundární výzkum.....	29
1.7.3 Primární a sekundární data	29
2 Praktická část	31
2.1 Vlastní marketingový výzkum	31
2.1.1 Cíl výzkumu:	31

2.1.2	Realizace výzkumu	31
2.1.3	Výsledky výzkumu:.....	31
2.2	Rozhovor	47
2.3	Vytvoření webové stránky dostupné pro širokou veřejnost.....	49
3	Závěr.....	51
	Použitá literatura	53
3.1	Seznam obrázků	57
3.2	Seznam grafů.....	58
3.3	Seznam příloh.....	59
3.3.1	Dotazník	59

Úvod

Bakalářská práce se zabývá výběrem vhodné podprsenky, jakožto nedílné součásti dámského spodního prádla v moderní společnosti. Správně vybraná podprsenka je velmi důležitá pro pohodlné nošení a pro správné držení těla.

Bohužel chybí nějaký ucelený návod pro správný výběr podprsenky, a tak se stává, že jsou zákaznice obsluhovány nekompetentním personálem, a z toho důvodu dochází k nákupům nevhodně padnoucích podprsenek. Vhodně vybraná podprsenka poskytuje ženě komfort při nošení.

Cílem práce je vytvořit internetovou stránku, která bude nahrazovat papírovou publikaci, kde bude uveden postup, jak si správně podprsenku vybrat.

Informace uvedené na této stránce budou vycházet z výzkumu prováděného pomocí dotazníku a z rozhovoru a p. Karolínou Tomascovou.

1 Teoretická část

Práce popisuje historii předchůdců podprsenky i podprsenky samotné, pokračuje významem podprsenky v dnešní době, nejčastější materiály, které se pro její výrobu používají.

Stručně shrnuje anatomii ženského těla, se zaměřením na ženská ňadra a lymfatickou soustavu, nastiňuje zdravotní komplikace, které mohou být zapříčiněny špatným výběrem podprsenky.

V poslední části je popsán marketingový výzkum, jelikož je součástí a vyústěním v části praktické.

1.1 Historie vývoje podprsenky

Představit si v dnešní době život bez podprsenky je téměř nemožné. Podprsenka se v dnešní době stává zcela nezbytnou a neodmyslitelnou součástí ženského šatníku. Zmínky o zahalování ňader se objevily teprve před 5000 lety. V té době šlo o zahalení pomocí kůží a kožešin. V každé éře naší historie byl kladen jiný nárok na ženská ňadra. V každém časovém období byly žádanější jiné tvary a velikosti.

1.1.1 Starověk

Jak už jsem zmínila, první náznaky podprsenky byly v podobě zavinování do různých kožešin a opracovaných kůží zvířat.

Dále se dostáváme do Starého Řecka a Říma. U těchto civilizací bylo v módě, když byla ženská ňadra menších rozměrů a bylo žádoucí, aby byla prsa zakryta. Konkrétně v Řecku se používal kus látky, tzv. Mastodeton [1] což byl pruh látky, který se obmotával kolem hrudníku, aby nedocházelo k nežádoucímu pohybu ňader například při sportu. Dále si řecké ženy pod prsy uvazovaly tzv. Strofion, který měl funkci jakési podňadrové stuhy, a měl za úkol vytvarování.

Podobně tomu bylo v Římě, kde ženy také nosily dlouhý pruh látky pod prsy, Strofion. Ženy, které měly ňadra větší, používaly pruh nikoliv z látky, nýbrž z kůže, aby byla podpora větší.

1.1.2 Středověk

Ve středověku převládala spíše móda košilového stylu. Dlouhá spodní košile, zvaná spodnička, byla základním prvkem oděvu. Spodnička mývala delší rukáv a jednoduchý střih.

Další, vysoce žádanou věcí bylo, aby žena byla útlé, malé postavy s téměř chlapeckými ňadry. Proto docházelo k vázání a svazování ňader. Látky dochované z 2. poloviny 12. století byly střiženy do velice úzkých střihů, což vyžadovalo stažený hrudník [2].

1.1.3 Renesance

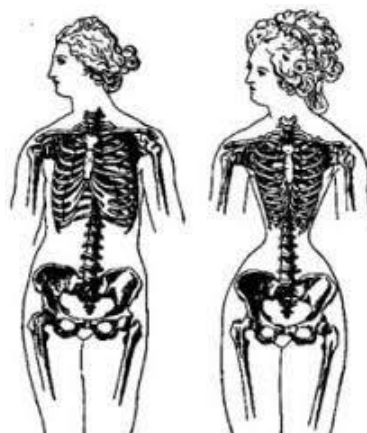
V renesanci přichází na scénu korzet, velice diskutabilní a kontroverzní, ale nedílná součást historie vývoje podprsenek. První zmínky o korzetu pochází z 13. a 14. století. Korzet jako takový měl funkci vyztužení a stáhnutí ženského těla. Měl zvýrazňovat ženský dekolt.

V období renesance plnil korzet opačnou funkci. Měl dekolt spíše zakrýt, a skoro úplně potlačit.

Korzet byl složen z výztuží. Kostice bývaly kovové, proutěné, dřevěné, později i z velrybích kostí (název kostice se odvodil od velrybích kostí).

Na neblahé účinky začali upozorňovat odpůrci korzetu až od 17. století. Korzety způsobovaly ochabování svalstva, tělo poté nebylo schopno bez pomoci korzetu udržet páteř ve správné poloze. Samozřejmě došlo i k deformaci a špatného okysličování vnitřních orgánů a žeber. Dokonce smrtelné mohlo být uvolnění kostice, která se mohla do lidského těla zapíchnout.

Korzety byly pro lidské tělo něco jako těsná obuv. Na rozdíl od nohy, kde jsou šlachy, kosti a celkově je tvrdší, je trup, kde se korzet nosíval, měkčí a jsou v něm uloženy důležité orgány.



Obr. č. 1: Vliv korzetu na ženské tělo [3]

1.1.4 Baroko a rokoko

Móda korzetů trvala i po skončení renesance. Šlechtična v době rokoka se bez korzetu prakticky neobešla. Korzet se sundával pouze v době těhotenství. V 19. století začali korzety nosit i muži. Mužské korzety sloužili k vylepšení postavy, muži je nosili hlavně ke stáhnutí břicha a vyniknutí ramen. Korzety byly určeny spíše pro vyšší vrstvu. Lidé z nižší vrstvy se uchýlovali ke šněrovačkám, které plnily víceméně stejnou funkci jako korzety, zároveň ale byly nošeny jako svrchní díl oblečení [4].

1.1.5 19. a 20. století

Toto období už můžeme nazývat jako moderní éra podprsenky. Doba korzetů začíná pomalu ustupovat, proti korzetu začíná bojovat stále více lidí, lékařů, reformátorů a také módní návrháři, konkrétně Paul Poiret, který místo korzetů doporučoval lehké, elastické podvazkové pásy a šněrovačky.

Po ústupu klasických vyztužených korzetů následovala doba dlouhých košil, krinolín a dalších možných výztuží, které měly funkci vyplňovací a měly dosáhnout bujnějšího dekoltu. Ženy ale s upuštěním od korzetu nebyly spokojeny, protože korzet a úzký pas pro ně představoval ideál krásy.

Koncem 19. století se pak začaly objevovat náznaky dnešní podprsenky, takové, jakou ji známe dnes.

V roce 1913 se při přípravě na společenský večer Mary Phelps Jakobsová rozhodla, že si nevezme obvyklý korzet, který by byl pod šaty moc výrazný, vykukoval z výstřihu a nemístně trčel, nýbrž že bude improvizovat, a tak požádala svou služebnou o dva

hedvábné kapesníčky a hedvábnou stuhu. S pomocí těchto věcí sestrojila velice jednoduchou podprsenku, která ale u známých sklidila veliký ohlas.



Obr. č. 2: „La Brassière“ [5]

Při vidině úspěchu se rozhodla svůj nápad v roce 1914 patentovat a také zpeněžit. Zpočátku se setkala s obchodním neúspěchem proto se rozhodla svůj patent prodat americké firmě Warner Bros Company za 1500 amerických dolarů [6].

Díky tomuto prodeji se začala vyrábět podprsenka v takové podobě, na kterou už jsme zvyklí.

V období 1. světové války zastává podprsenka v ženské skříni důležité místo. Korzet by jim v práci, kterou musely udělat za své muže, překážel. Dále i ocelové výztuže do korzetů byly důležitou surovinou. Ocel se tehdy používala k válečným účelům, místo do korzetů.

Po skončení války bylo hlavně ve Francii v módě mít hrudník zploštělý a mít téměř chlapeckou postavu, naopak Německo chtělo tvary plnější. V tomto sporu však Francie zvítězila.

V roce 1927 navrhla společnost Maidenform podprsenku, která na rozdíl od zplošťování a omezování, ňadra podporovala. Zavedla značení košíčků (A, B, C, D). Později přidali značení AA a DD.

Krátce před začátkem druhé světové války spatřil světlo světa nylon. Za vynález nylonu vděčíme, společnosti Du Pont. Jeho další použití však bylo významně ovlivněno válkou.

Po válce nebyl dostatek zboží, a tak, ženy improvizovaly a podprsenky si ručně vyráběly i z padákového hedvábí a padákových šňůr.

V 50. letech minulého století byla díky zviditelnění Marilyn Monroe v kurzu tzv. špičatá, torpédovitá podprsenka. Čili podprsenka s kuželovitými košíčky. Ty měly za úkol jakýsi druh provokace a byly tak reakcí na válku.

O deset let později se zrodila push up podprsenka, která však zaznamenala úspěch až o 30 let později [7].

Koncem let šedesátých bylo moderní podprsenku nenosit vůbec. Podprsenka a další doplňky jsou symbolem zesměšnění ženského pohlaví. V roce 1968 dochází v Americe na soutěži Miss k vytvoření mýtu tzv. pálení podprsenek [8].

Nejednalo se přímo o zpopelnění, nýbrž o házení prádla do koše. Tyto protesty byly prováděny zejména feministkami a aktivistkami za ženská práva.

1.2 Význam podprsenky v dnešní době

V současnosti se na trhu objevuje nepřehledné množství tvarů, barev, podprsenky jsou z přírodních (bavlněné) i syntetických materiálů (jako PL,EA,PL,PU). Dále si zákazník může vybrat kombinace přírodních a syntetických materiálů.

Podprsenky jsou sportovní, s push up, bez kostic, s kosticemi, kojící, s gelovými košíčky, atd.

Spodní prádlo, konkrétně podprsenka, se stalo nedílnou součástí dámského šatníku. Velikým problémem však zůstává správný výběr. Dochází ke koupi špatně vybraných střihů a velikostí. Dalším problémem může být koupě drahé, módní, kvalitní podprsenky, ke které však neseženeme kalhotky, a to samo o sobě může zkazit kouzlo krásné a často velice nákladné podprsenky.

Podprsenka také patří k části oblečení, co podléhá módním trendům, které ovlivňují její barvu, tvar a vypracování. Na léto 2015 se chystají nové kolekce. Ke stálícím, jako je černá, bílá a tělová se přidávají odstíny zelené, modré a šedé. V kurzu budou i kombinace hnědé-tyrkysové, šedé-růžové a tmavé modři-blankytné modři.

Co se týče střihu a typu podprsenky budou mezi nedílnou součástí ženské výbavy patřit push up podprsenky do hlubokých výstřihů a také bezešvé podprsenky, které zajistí dokonalé krytí pod přiléhavý outfit [9].

1.3 Materiály vhodné pro výrobu podprsenek

Na trhu se v dnešní době setkáváme s podprsenkami, z různých materiálových složení. Mezi nejoblíbenější, se řadí z hlediska komfortu přírodní materiály, do této skupiny se ve velké míře vyskytuje bavlna.

Dále to jsou syntetická vlákna, reprezentována vlákny polyesterovými, polyamidovými a viskózovými, samozřejmě sem můžeme zařadit různé směsi přírodních a syntetických materiálů.

1.3.1 Vlákna přírodní

Bavlna, anglicky cotton, patří mezi nejzákladnější a nejdůležitější přírodní vlákna. Je získávána z bavlníku, jehož semena obrůstá. Bavlníky jsou různě šlechtěny a hlavním cílem je dosažení skvělé délky, jemnosti, která se značí v Micronairech, pevnosti a barvy.



Obr. č. 3: Bavlněné pole [10]

Bavlněné vlákno se skládá z celulózy, ta tvoří největší část z obsahu. Dále z pektinů, bílkovin, vosků, organických kyselin, minerálních solí, cukrů a dalších složek.

Při spalovací zkoušce bavlnu identifikujeme tím, že hoří rychle a zapáchá po spáleném papíru. Po shoření zůstane jemný šedý popel, nevzniká žádná kulička. Bavlna se rozpouští ve studené kyselině sírové [11].

Bavlněné podprsenky jsou zpravidla bez kostic a ve směsi s polyesterovými vlákny. Tyto podprsenky jsou příjemné na omak, vyznačují se vysokou savostí potu a komfortem při nošení [12].

Mohou být bez kostic, bez výztuže, výjimečně s vycpávkou. Mohou být ozdobeny krajkou. Podprsenky tohoto typu jsou určeny pro ženy s menším a pevnějším poprsím, které nemusí být tvarováno, vyzvednuto.

Nabídka je široká. Tento materiál se používá zpravidla na sportovní podprsenky ale i na podprsenky s push up efektem a bez ramínek [13].

Bambusová vlákna

Bambusová vlákna jsou také z regenerované celulózy. Bambus je rostlina, která roste mnohem rychleji než stromy (až 1m za den). Není potřeba žádné chemické odplevelení nebo zavlažování. A sklizeň nastává až u dvou let staré rostliny.

Vlákna nejsou náročná na pěstování a navíc jsou pouze BIO. Vlastnosti bambusových vláken jsou převážně kladné. Mají přirozené antibakteriální a antistatické vlastnosti, jsou vysoce savé, mají příjemný, měkký omak, snadno se barví a jsou odolné vůči UV záření [14].

Z bambusových vláken se vyrábí tzv. vložky do podprsenek pro kojící matky. Vynikají svojí savostí a prodyšností.



Obr. č. 4: Vložky do podprsenky [15]

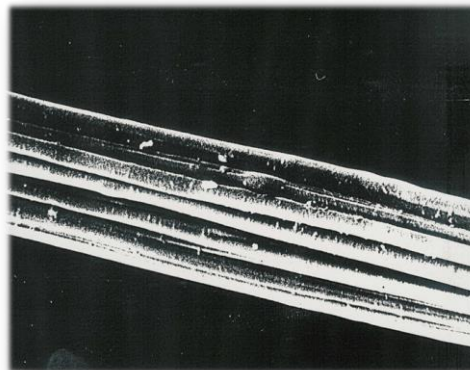
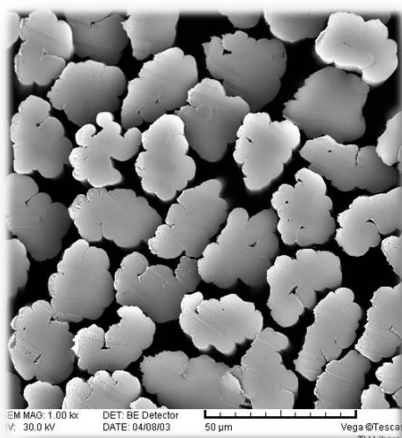
1.3.2 Vlákna syntetická

Vlákna jsou vytvořena uměle, ale z přírodního polymeru. Vytvořeny jsou modifikací, rozpuštěním.

Viskózová vlákna

Jedná se o celulózová vlákna, která se vyrábí z regenerované celulózy. Nejdříve se připravuje celulóza. Zdrojem celulózy jsou smrkové a bukové dřevo. Následuje štípání a řezání na tzv. štěpky, vaření v NaOH, nebo ve směsi NaOH, Na₂S, Na₂CO₃, a dokončení papírenským procesem. Dalšími procesy, když už máme získanou celulózu, jsou mercerace štěpků, předzrávání, sulfidace a zrání.

Viskózová vlákna jsou pod mikroskopem v příčném řezu viditelná jako tzv. obláčky. V podélném řezu mají vlákna podélné rýhy.



Obr. č. 5: Viskóza: příčný řez [16] Obr. č. 6: Viskóza: podélný řez [17]

Viskóza je z hlediska termických a chemických vlastností podobná bavlně a je splývavá. Podléhá ale silnému bobtnání ve vodě, velmi snadno se špiní.

1.3.3 Vlákna ze syntetického polymeru

Polyamidová vlákna

Nejrozšířenějšími typy jsou PA 6 a PA 6.6 – liší se počtem uhlíků v monomeru.

Vlákna, patřící do této skupiny vynikají svými dobrými mechanickými vlastnostmi za tepla, tepelnou odolností a odolností vůči organickým a anorganickým chemikáliím.

Vyrábí se zvláknováním. Nejdříve se polymer ve formě granulí taví, následuje zvláknování do šachty 5 až 6 metrů dlouhé a v poslední řadě se dluží – za studena, nebo za tepla.

Polyamid 6 (Silon)

V České republice Silon, byl objeven v roce 1938 Paulem Schlackem, vyniká vysokou pevností, snadnou údržbou – velice rychle schne, tvarovou stabilitou a nejvyšší navlhavostí ze skupiny syntetických polymerů.

Polyamid 6.6 (Nylon)

Je známý spíše pod názvem Nylon. Vlastnostmi vyniká svou snadnou údržbou, tvarovou stabilitou a zvýšenou elektrickou vodivostí [18].

Polyesterová vlákna

Patří jim první místo mezi syntetickými vlákny. Polymer se připravuje esterifikací kyseliny tereftalové a etylénglykolu, vzniká polyetyléntereftalát. Následuje zvláknování do šachty, dloužení, fixace, aviváž a řezání.

Mezi pozitivní vlastnosti polyesterových vláken patří nenáročná údržba, lepší odolnost vůči slunci než PAD, tvarová stabilita, možnost kombinace s ostatními vlákny jako bavlna, vlna, viskóza. Na druhou stranu mají drsný omak, jsou tuhá, hydrofobní – mají špatné sorpční vlastnosti a zadržují statický náboj.

Charakteristickým znakem je vznik žmolků, to je následek fibrilace (roztřepení konců vláken). Žmolkům můžeme předejít molekulární modifikací nebo opalováním volných konců vláken.

Polyuretanová vlákna

Dělí se na klasické segmentované a kopolymerní segmentované. Vyrábí se buď zvláknováním z roztoku do horkovzdušné komory, nebo zvláknováním do lázně.

Průřez vlákna převládá celistvý kruhový. Vlákna vynikají svojí pružností ale také snadnou hořlavostí a při delším působení chlorované vody ztrátě pružnosti.

Název, který je víc obecný je elastomery.

Lycra vzniká při zvláknování za sucha. Jedná se o vysoce elastické vlákno. Je pružné, lehké a pevné. Používá se pouze do směsí s bavlnou a jinými syntetickými vlákny [19].

1.4 Anatomie ženského těla a zdravotní problémy

Práce se také zabývá anatomii ženského těla, konkrétně nadry a lymfatickým systémem, jelikož na tyto části lidského těla má podprsenka a její nošení největší vliv.

1.4.1 Nadra

Ženská nadra jsou považovaná za důležitý prvek ženské krásy. Historie ale nároky na ženská nadra měnila podle časového období. Nejdříve byl žádoucí bujný a výrazný dekolt, poté se však od tohoto ideálu upustilo, a v kurzu byla plochá, až chlapecká postava.

Z anatomického pohledu jsou nadra párový orgán v přední části hrudníku. Jedná se o tukovou tkáň, obklopující mléčnou žlázu.

V plném vývoji dosahuje nadro od 3. do 6. žebra. Tvar ženského prsu je závislý na těhotenství a na porodu (kojení), když je žena těhotná a v době kojení, tak se ženská nadra mohou zvětšit až o půl kila, ne-li více. Povrch tvoří jemná a světlá kůže. Přibližně ve středu je kůže modifikovaná do kruhového dvorce o průměru přibližně do 5 cm. V jeho středu se nachází bradavka, která, při chladu nebo mechanickém působení, se stává ztuhlou, rigidní a vyčnívá z povrchu. Tento jev je důležitý pro kojení.

Po narození dítěte začnou mléčné žlázy produkovat tzv. mlezivo, které se po dvou dnech změní na mateřské mléko [19].



Obr. č. 7: Anatomie prsu [20]

1.4.2 Lymfatická mízní soustava

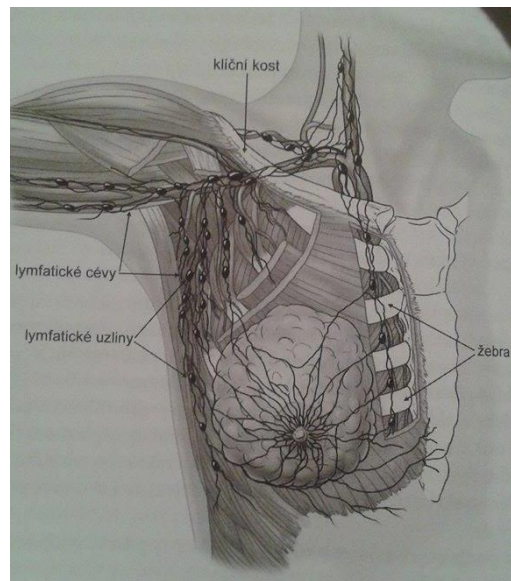
V lidském těle jsou toxiny. Tyto toxiny produkované živými organismy jsou různé chemické látky, které jsou pro lidský organismus jedovaté. U některých toxinů můžeme pozorovat okamžitou odezvu jako zvracení, závratě, průjem, bolesti hlavy atd.

Tělo má různé zbraně, jak se toxinů může zbavovat. Spontánně provádí tzv. detoxikaci. Buď rozkladem toxinů, čili jejich deaktivací, nebo fagocytózou (pohlcováním toxinů imunitními buňkami)[21].

Při nahromadění toxinů v těle může dojít i k nějaké nemoci.

Lymfatická soustava je součástí imunitního systému. Je velice důležitá pro naše tělo, odplavuje z našeho těla už zmíněné toxiny, které se do nás dostávají přes kůži, plíce a střeva. Přes cévní stěny vstupuje do mezibuněčných prostor tělní mok a zásobuje nás živinami a kyslíkem.

Při zaškrcení, utáhnutí končetin, části těla dochází k nahromadění lymfy, což je pro náš organismus silně nežádoucí. Čím víc lymfy se nahromadí, tím je výživa a očista tkáně pomalejší. Také se hromadí v organismu více toxinů, protože je narušeno jejich vylučování. Odpadní látky, kterých tím pádem přibývá, stále více znečišťují buňky. Tento stav, pokud by byl dlouhodobý, by mohl vést k degeneraci.



Obr. č. 8: Lymfatické cesty v prsní tkáni [22]



Obr. č. 9: Lymfatický systém [23]

Hlavní funkce krevního oběhu je okysličování plic, jater a ledvin. Je také hlavním kanálem, ve kterém proudí hormony. Tekutina vstupující z cévního systému, která omývá buňky, se zpět nevrací. Tato tekutina se nazývá lymfa (přebytek tkáňového moku) a díky lymfatické soustavě se vrací zpět do krve směrem k srdci. Množství lymfy, která se vyrobí, se počítá na 2 až 3 litry za 24 hodin.

Lymfa neboli míza, se složením podobá krevní plazmě, neobsahuje velké molekuly bílkovin, nýbrž obsahuje Lymfocyty. Její hlavní funkcí, jak jsem již zmínila, je odvod metabolitů ze tkání.

Mízní uzliny jsou na mízních cévách podél krkavic z Aorty, dále v podpaží a v tříselech. Jsou z vazivového pouzdra, uvnitř se množí lymfocyty, makrofágové a filtruje se míza, zachytávají se tam bakterie, patogeny, barvivo ze tkání, a také metastázy (rakovinné buňky.)

Pro správný chod lymfatické soustavy je důležitá správná funkce chlopní lymfatických cest. Kdyby nastal problém a chlopně by se nemohly uzavírat a nebyly by správně domykavé, tak by míza správně neodtékala a způsobovala by bolestivé otoky.

Jako příklad bych uvedla velice těsné ponožky. Sundáme je po celém dni nošení a zjistíme, že máme končetiny nateklé a bolí nás. To je způsobeno utáhnutím gumičky okraje ponožky.

Lymfatické cesty jsou velice úzké a citlivé, citlivě reagují i na tlak a proto jsou i snadno stlačitelné.

Aby se správně zajistilo proudění lymfy, provádějí se lymfatické masáže. Odborník, který masáž provádí, stimuluje proudění lymfy, aby se dostala do mízních uzlin. Masáž je pomalejší a tlak, který je vyvíjen, je menší, než při klasické stimulační masáži.

Pro člověka je v dnešní době, kdy je sedavé zaměstnání velice rozšířené, tato masáž formou relaxace. Člověk, který má sedavé zaměstnání, trpí nedostatkem pohybu. Tento problém vede i k problematickému fungování lymfatického oběhu.

Lymfatické masáže jsou prospěšné k regeneraci těla po sportu, k detoxikaci, ke zrychlení metabolických procesů, jsou prospěšné i jako prevence proti vzniku křečových žil a celulitidy [24].

V lidském těle je největší kožní žláza právě žláza prsní. Na jejím povrchu se lymfatické žlázy proplétají.

Shluky mízních uzlin jsou rozmístěny po celém těle. Z dolních končetin a pohlavních orgánů lymfa odtéká přes tříselné lymfatické uzliny.

Jedny z největších shluků se nacházejí v podpaží. Jedná se o dvacet až třicet uzlin. Tyto shluky jsou pro nás velice důležité, neboť filtrují lymfu, která odtéká z prsní tkáně a horních končetin. Podpažní lymfatické uzliny filtrují až 85 % veškeré lymfy z hrudní oblasti.

Lymfa, která zbývá, odtéká podél hrudní kosti. Z této části vede pouze malé množství lymfatických cév lymfu do jater.

V případě, že dojde ke dlouhodobému stlačení, je průchodnost lymfy snížena. V hrudní oblasti je při stlačení byt' jen malý tlak zřetelný. Odtok lymfy z prsní tkáně pak bude zpomalen.

Řeč přichází na podprsenku a na její vliv na lidské tělo a průchod lymfy [25].

1.4.3 Vliv podprsenky na prsní tkáň

Střih podprsenky je konstruován tak, aby se váha prsou rozložila mezi ramínka, postranní výztuže, kostice a pruh, který spojuje oba košíčky.

Nejen, že podprsenka ňadra tvaruje a zvedá, ale vyvíjí také tlak na prsní tkáň. Tento tlak může omezovat lymfatický tok z oblasti pod prsy do jater.

Dalším problémem můžou být ramínka, která se ‚zařezávají‘ do ramen a mohou stlačovat nervy, které vedou od hlavy do horních končetin. Ke stlačení těchto nervů, je ale potřeba mnohem většího tlaku než ke stlačení lymfatických cest.

Při nošení podprsenky je tedy lymfatický systém v oblasti hrudníku stlačen. Toxiny pak zůstávají až 24 hodin denně ve tkáni a způsobují přeměnu zdravých buněk na rakovinné.

Vlivem podprsenky jsou funkce imunitní soustavy omezovány. V případě sundání podprsenky na noc začíná ozdravný proces.

Každé těsné oblečení, které máme na sobě, omezující průtok lymfatických cest může také vysvětlovat rakovinu prostaty, močových cest, konečníku, tlustého střeva, varlat, vaječníku atd.

Například pásek, když je příliš utáhlý, brání v průtoku lymfy z pánevní dutiny. Samozřejmě musíme brát v úvahu pozici pásku a našich lymfatických uzlin, které jsou u každého člověka položeny nepatrným způsobem jinde. V rámci výšky a délky trupu atd.

Vcelku žádné těsné oblečení není pro naše tělo dobré. Stahuje naše tělo a zamezuje správnému průtoku lymfy [26].

Toto pak může vést až k vážné nemoci, rakovině.

Nemůžeme tvrdit, že těsné oblečení a přímo podprsenky jsou příčinou rakoviny, ale hrají zde svou roli.

Tělo, pokud je stažené, zabraňuje míze plnit svou funkci, toxiny se hromadí a zvyšuje se nárůst rakovinotvorných buněk. Když k tomu připočteme stres, toxiny, které na nás útočí a ovlivňují nás z okolí, případně špatnou životosprávou, která je v dnešní době stále častá, může to celé dohromady způsobit určité dlouhodobé degenerativní procesy, které v důsledku mohou vést ke vzniku rakoviny.

1.4.4 Zdravotní problémy

Nošení podprsenky je pro moderní ženu vcelku běžná věc. Bez podprsenky se většina žen cítí neúplně, nervózně.

Avšak nošení podprsenky, špatně vybrané podprsenky může vést až k závažným zdravotním problémům.

Lymfatická uzliny zachycují toxiny, které jsou vyplaveny z tkání. Tato činnost je prevence i v důsledku rakoviny. Uzliny jsou místem tvorby bílých krvinek a protilátek.

V případě, že uzlina zaregistruje přítomnost nežádoucí látky, aktivuje v imunitních buňkách obrané procesy.

Tyto procesy můžeme vidět v případě zduření lymfatických uzlin. Zjednodušeně, když máme chřipku, nebo angínu, nahmatáme si zduřené podčelistní uzliny. Tyto boule pod linií naší čelisti jsou zvětšené a bolí.

V případě nahromadění toxinů v tukových tkáních dojde k tomu, že toxiny začnou unikat do okolních tkání a začnou je poškozovat.

Vraťme se k podprsenkám. Můžeme říci, že tato část spodního prádla, jak je vidno z historie, nebyla vytvořena k ženskému pohodlí, nýbrž k tomu, aby byla žena vizuálně přitažlivá. Můžeme konstatovat, že má i silný sexuální podtext.

1.5 Správný postup měření těla pro výběr vhodné podprsenky

Bohužel, v dnešní době, si mnoho žen zkouší, vybírá a kupuje špatnou velikost podprsenky. To, že má žena špatnou velikost pozná díky tomu, že podprsenka nesedí, musí si jí tedy upravovat a zapínání se může pohybovat směrem nahoru. Ke zjištění, jakou správnou velikost žena má, potřebuje pouze metr.

Velikost, která nám po změření vyjde, je ale pouze orientační, bude styčným bodem pro budoucnost. Podprsenku této velikosti by měla žena zkusit jako první a od ní by se měly odvíjet další případné úpravy ramínek atd.

První věcí je změření **obvodu pod prsy**. Čili budeme potřebovat krejčovský metr. Metr by měl být ve vodorovné poloze a velikost by měla být měřena na těsno a při výdechu. Číslo, které nám vyjde, si zapíšeme. Hodnota, kterou jsme si zapsaly, ale není velikost obvodu, který si vybereme. Musíme počítat s odečtením 5 až 10 cm od našeho zapsaného čísla. Musíme také brát v potaz elasticitu dané podprsenky a také případné opotřebení způsobené praním atd. Uvedu příklad – Pokud jsem si pod prsy naměřila 93 cm, tak by správným obvodem podprsenky bylo 85 cm.

Podprsenku zapínáme na poslední háček, jelikož počítáme s nějakým opotřebením a případným vytaháním. Když dojde k roztažení obvodu tak můžeme zapínat na háček prostřední nebo první, což nám zajistí delší životnost a obvod, který bude stále pevný. A to je důležitá věc.

Dále si změříme **obvod přes prsa**. Postup je stejný jako u předešlého měření. Míru změříme v nejširším bodě a samozřejmě bez podprsenky, na holá prsa [27].

Příklad – můj obvod přes prsa je 102. To znamená, že moje výsledná velikost je **85 C**.

Pokud máme vybranou velikost, dalším důležitým krokem je správné obléknutí podprsenky. Pokud je podprsenka oblečena špatně, může se špatná velikost jevit jako velikost správná a naopak, dobrá velikost jako špatná.

Podprsenku oblékneme, a pokud košíčky nedoléhají, tak ňadra v předklonu zafixujeme do středu, aby košíček neodstával a aby bylo celé ňadro uloženo v košíčku. Kostice by měla lemovat prso po celé své délce, končit by měla u podpažní jamky, neměla by v žádném případě do ňadra nebo do podpaží tlačit. Obvod sedí správně, pokud je vodorovně a nevyjíždí směrem nahoru. Střed podprsenky přesně doléhá na hrudní kost.

Ramínka netlačí, nezařezávají se a není problém vsunout mezi ramínko a rameno dva prsty [28].

Mezi nejčastější chyby, které většina žen při výběru podprsenky dělá, patří výběr až příliš velkého objemu podprsenky. Objem je pro ně moc veliký, podprsenka pak nesedí a zapínání se vytahuje směrem nahoru.

Dalším častým problémem jsou ramínka, která se příliš zařezávají do ramen. Důvodem je zase příliš velký obvod. Ľadra tedy drží pouze ramínka, a proto tlačí. Tento problém může způsobit i zdravotní nepříjemnosti, jako bolest zad, hlavy a krční páteře.

Obvyklou komplikací jsou také malé, nevyhovující košíčky. Ľadra tedy přetékají, vzniknou tzv. čtyři prsa. Poté nedoléhavost středu podprsenky. Ten by měl přímo sedět na hrudní kosti. Při prudkém pohybu rukou směrem nahoru by podprsenka měla sedět a neměla by se posunout směrem nahoru nebo odstávat [29].

Označení podprsenek je buď evropské, nebo britské. V případě evropského značení, na které je většina žen zvyklá, se píše první obvod (60 - 105) a poté i velikost košíčku - objem (A - L). U britského číslování je obvod značen (28 - 46) a velikost košíčků (A - HH).

Pro snadnější orientaci a přehled je zde obrázek s velikostmi podprsenek.

Horizontální řádek slouží k zjištění obvodu, obvodu, který jsme naměřily pod prsy. Vertikální sloupec slouží k naleznutí naměřeného obvodu přes prsa.

Místo, kde se čísla protnou, je výsledná velikost podprsenky. Číslování obvodu je v evropských velikostech. Zdvojené označení košíčků je označení britské. Britské a evropské označení košíčků je rozdílné jak ve značení, tak ve velikosti. Stejně je pouze D. Ostatní se liší o cca 0,5 cm [30].

cm	60-63	64-69	70-75	76-80	81-86	87-92	93-98	99 -
65	55AA							
66-67	55A							
68-70	55B							
71-72	55C	60A						
73-75	55D	60B						
76-77	55DD	60C	65A					
78-80	55E	60D	65B					
81-82	55F	60DD	65C	70A				
83-85	55FF	60E	65D	70B				
86-87	55G	60F	65DD	70C	75A			
88-90	55GG	60FF	65E	70D	75B			
91-92	55H	60G	65F	70DD	75C			
93-95	55HH	60GG	65FF	70E	75D	80B		
96-97	55J	60H	65G	70F	75DD	80C		
98-100	55JJ	60HH	65GG	70FF	75E	80D	85B	
101-102	55K	60J	65H	70G	75F	80DD	85C	
103-105	55KK	60JJ	65HH	70GG	75FF	80E	85D	
106-107	55L	60K	65J	70H	75G	80F	85DD	90C
108-110		60KK	65JJ	70HH	75GG	80FF	85E	90D
111-112		60L	65K	70J	75H	80G	85F	90DD
113-115			65KK	70JJ	75HH	80GG	85FF	90E
116-117			65L	70K	75J	80H	85G	90F
118-120				70KK	75JJ	80HH	85GG	90FF
121-122				70L	75K	80J	85H	90G
123-125					75KK	80JJ	85HH	90GG
126-127					75L	80K	85J	90H
128-130						80KK	85JJ	90HH
131-132						80L	85K	90J
133-135							85KK	90JJ
136-137							85L	90K
138-								90KK

Obr. č. 10: Velikostní tabulka [31]

1.6 Údržba podprsenky

Žádoucí věcí u podprsenky je dlouhá doba životnosti a dobrý vzhled i po praní.

Musíme se samozřejmě řídit symboly údržby na etiketě. Podprsenku je nejlepší prát v ruce, nebo v pracím obalu na 30°C a v programu „ruční praní“. Není vhodné používat agresivní prací prostředky a aviváž. Rovněž se nedoporučuje používání bělicích prostředků, které uvolňují chlór.

Po vyndání z pračky není vhodné podprsenku ždímat ručně ani sušit v bubnové sušičce [32].

1.7 Marketingový výzkum

Obecně má marketingový výzkum přinést empirické informace o situaci na trhu, hlavně ale o našich zákaznících. Cílem je vytvořit podklady pro práci marketingových pracovníků.

Tyto informace jsou získány ze systematických, metodologických postupů [33].

Základními částmi výzkumu je plánování, sběr a analýza nasbíraných dat.

Rozdíl mezi výzkumem a průzkumem je takový, že výzkum je dlouhodobější, průzkum je jednorázové zjištění současného stavu.

Základní druhy marketingového výzkumu jsou primární a sekundární marketingový výzkum [34].

1.7.1 Primární výzkum

Primární výzkum je sběr informací v terénu, získávání informací vlastními silami a prostředky. Další možnost je najmutí firmy, která danou práci odvede.

Daná firma je tedy prvním uživatelem dat, proto se jedná o primární výzkum.

1.7.2 Sekundární výzkum

Sekundární výzkum je další využití dat, které již byly nashromážděny, analyzovány a vyhodnoceny za určitým účelem. Dané data ale nemusí přímo odpovídat potřebám výzkumu.

1.7.3 Primární a sekundární data

Získávání sekundárních dat

Tato data můžeme získat poměrně rychle a levně. Přístup k sekundárním datům je buď zdarma, nebo za určitý poplatek. Zdroje mohou být různé statistické přehledy, odborné publikace, výroční zprávy, státní statistiky atd. Sekundární data však mohou být zastaralá, takže je potřeba je obnovit, zaktualizovat.

Co se týče ceny, sekundární data jsou méně nákladná, než primární, to samé platí i o námaze vynaložené při jejich získávání.

Získávání primárních dat

Získávání primárních dat je velice nákladné a časově náročné. Je potřeba si vše dopředu připravit. Primární data získáváme většinou až poté, co shromáždíme data sekundární. Jelikož občas sekundární data nestačí, tak musíme přistoupit ke sběru dat v terénu.

Předem předpokládáme, že pracujeme s údaji, které jsou klíčem k úspěchu a řešení daného problému.

Primární data můžeme sbírat pomocí pozorování, což je metoda, která pomůže zjistit údaje, které daný respondent nechce, nebo nemůže sdělit. Pozorování může být osobní, skryté, přímé nebo nepřímé. Můžou být vytvořeny umělé podmínky.

Další možností je dotazování. Dotazování dělíme na písemné, ústní, telefonní a může být realizováno pomocí internetu (webové stránky a hlasování), a experimentu (zjištění vztahu mezi proměnnými).

Písemné dotazování

Výhodou písemného dotazování je velký počet respondentů z poměrně velké rozlohy. Také není možné žádné ovlivnění tazatele. Je zajištěna anonymita. Dotazník může být rozsáhlý. Nevýhodou zůstává ale malá návratnost dotazníků, respondent může špatně otázku pochopit, což vede ke zkreslení odpovědi.

Ústní dotazování

U tohoto dotazování je na rozdíl od písemného dotazování větší návratnost. Probíhá zde přímý kontakt tazatele s respondentem. Což však bohužel může vést k ovlivňování respondenta. Ústní dotazování je také nejnákladnější formou dotazování.

Telefonní dotazování

Tento způsob je rychlý, cenově přijatelný a stručný. Na druhou stranu musí tazatel reagovat pohotově, rychle a nemá možnost vizuálního kontaktu.

Dotazník

Dotazník by měl obsahovat srozumitelné, snadno zodpověditelné otázky. Otázky by měly mít logickou návaznost a měly by být správně řazeny. Neměly by být komplikované, složité nebo nejednoznačné.

Otevřené otázky

Jedná se o otázky, které nejsou strukturované, věty se většinou musí dokončit.

Uzavřené otázky

Bývají umístěny na začátku dotazníku. Jsou jednoznačné [35].

2 Praktická část

Praktická část bakalářské práce se skládá z marketingového výzkumu, který byl proveden formou dotazníku.

Otázky, které jsou v dotazníku obsaženy, se týkají čtyř základních témat, z pohledu marketingového (místo nákupu, cena podprsenky), zdravotního (zdali jsou si ženy vědomy zdravotních komplikací), subjektivního (znalost své velikosti podprsenky, názor na kompetenci personálu, přečtení manuálu, dostupného na internetu) a textilního (jaký materiál podprsenky preferují). Výzkum byl zpracován do grafů, každá otázka byla doplněna komentářem.

Poslední částí byl krátký rozhovor s p. K. Tomascovou, zástupkyní majitelky obchodu Správná podprsenka.

2.1 Vlastní marketingový výzkum

2.1.1 Cíl výzkumu:

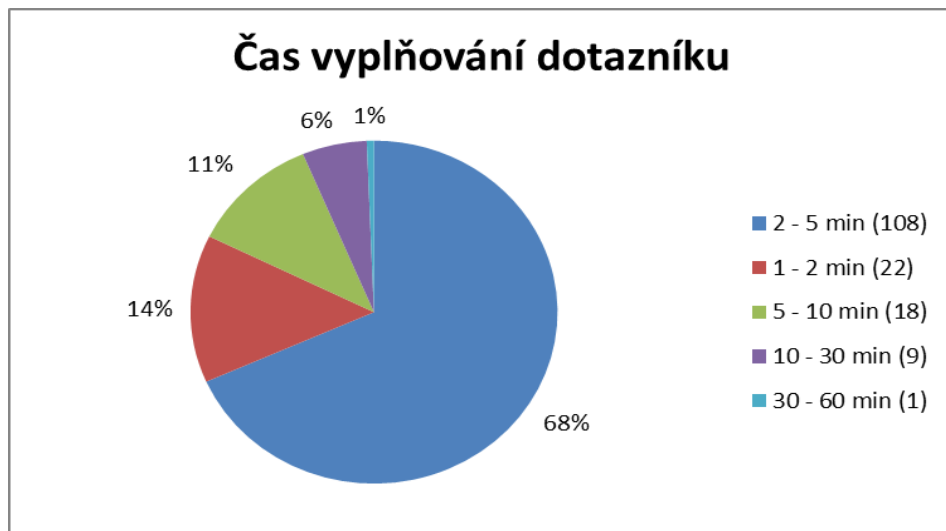
Hlavním cílem prováděného výzkumu bylo zjištění, zdali ženy znají svojí správnou velikost podprsenky, jestli mají povědomí o zdravotních problémech, které mohou vzniknout nevhodně zvolenou velikostí podprsenky, a také jestli by případný manuál (webovou stránku) na správný výběr použily.

2.1.2 Realizace výzkumu

V mém průzkumu, který jsem prováděla pomocí survio.com jsem získala odpovědi od 150 respondentek.

2.1.3 Výsledky výzkumu:

Dotazník nebyl náročný na vyplnění, byl srozumitelný a měl všechny náležitosti, co mít měl. Na následujícím grafu můžeme vidět průměrnou dobu, která byla potřeba na vyplnění dotazníku. Nejvíce ženám vyplnění zabralo 2 – 5 minut, což je pro dotazník se 14 otázkami ideální čas. 22 žen potřebovalo pouze 1 až 2 minuty na vyplnění. 18 pak potřebovalo až 10 minut.



Graf č. 1: Průměrný čas vyplňování dotazníku

Otázka č. 1: Nosíte podprsenku?



Graf č. 2: Nošení podprsenky

První otázka, která mě při mém výzkumu zajímala, byla, zdali vůbec dotazované ženy podprsenku nosí. Největší podíl z dotazovaných žen podprsenku nosí, dále 17 žen podprsenku nosí jen za určitým cílem, např. do školy, do práce, na sport atd. Pouze jedna žena vyplnila, že podprsenka není součástí její denní rutiny.

Tento graf tedy potvrzuje domněnku, že podprsenka je běžnou, nepostradatelnou součástí ženského šatníku.

Otázka č. 2: Při výběru se rozhodujete podle:

U této otázky byla možnost výběru z několika odpovědí, proto součet neodpovídá 150, nýbrž je větší (352) tzn., že všechny ženy označily 2 a více odpovědí.

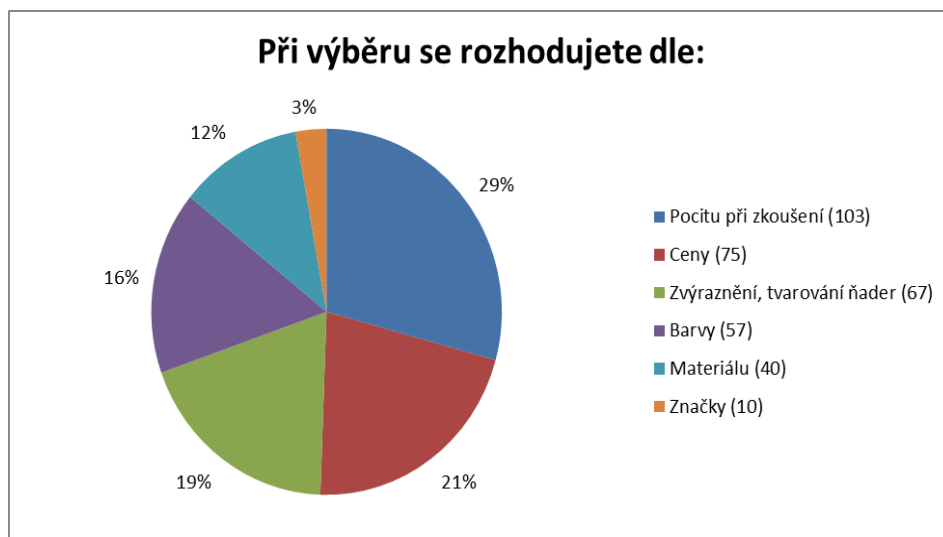
Z grafu můžeme vyčíst, že nejdůležitějším bodem při výběru podprsenky je pro větší část žen *pocit při zkoušení*, což je relativní aspekt. Jedná se o pocit, stav, který má žena při zkoušce dané podprsenky. Zdali prádlo sedí, netlačí a celkově se v něm žena cítí pohodlně.

Dalším rozhodujícím prvkem je pro ženy *cena*. V dnešní době je to poměrně běžná věc. Bohužel mnoho žen kupuje podprsenky, které jsou levné, mnohdy ve slevě a v akci (př. 1 + 1), místo toho, aby investovaly do nákladnější podprsenky, která jim bude sedět a bude z kvalitnějšího materiálu, který déle vydrží.

Až 67 žen řadí mezi důležitou věc při výběru *zvýraznění, tvarování ňader*. Tato možnost se řadí do vizuálního vnímání. Ženy se v podprsence, která jim ňadra zvýrazní, tedy zvýrazní jejich přednosti, budou cítit dobře a mohou si tím dodat i více sebevědomí.

Další věcí, která je pro ženy podstatná, je *barva*. Barva může ovlivňovat náladu a je také klíčová pro oblečení, pod které je podprsenka určena (pod bílé triko musí být tělová podprsenka atd.).

Méně žen se zajímá o materiál a o značku. Samozřejmě, ženy, které preferují bavlnu, si pořídí podprsenku z přírodního materiálu a naopak. Co se týče značky, můžeme hledat souvislost s cenou. Za kvalitnější podprsenku, která je známější značky, by měl být člověk ochoten si připlatit.

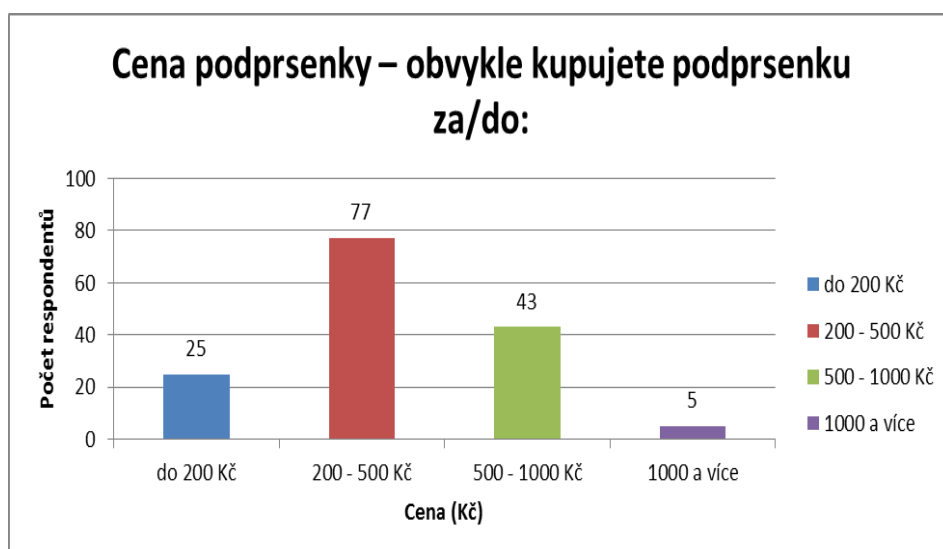


Graf č. 3: Rozhodování při výběru

Otázka č. 3: Cena podprsenky – obvykle kupujete podprsenku za/do:

Z grafu můžeme vyčíst, že 77 žen, čili většina dotázaných, preferuje podprsenku v cenovém rozmezí 200 až 500 korun. 43 žen vyplnilo cenovou relaci 500 až 1000 korun. A nejméně jsou zastoupena okrajová rozmezí, tzn., do 200 Kč a poslední skupina – 1000 Kč a více.

Cena podprsenky je přímo úměrná materiálu a kvalitě. Já osobně patřím do skupiny 500 až 1000 Kč a někdy 1000 Kč a více.

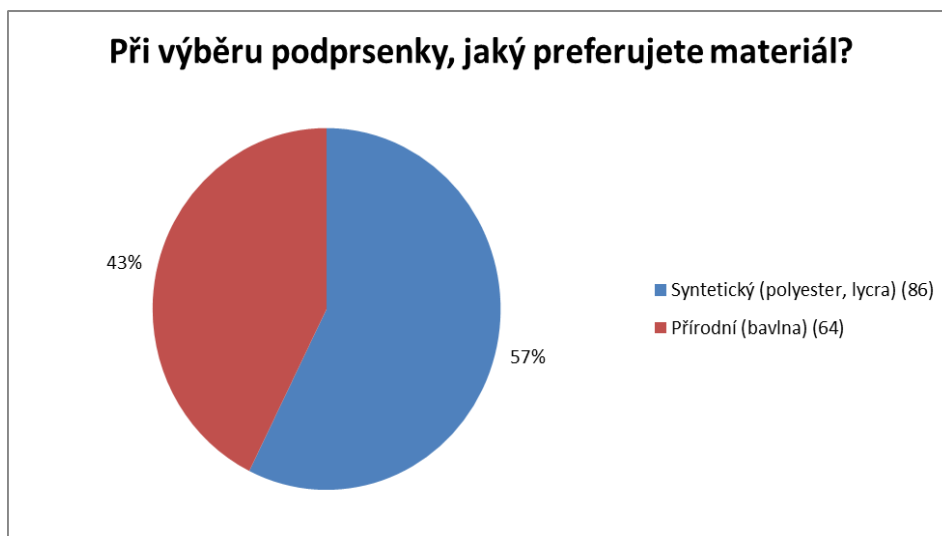


Graf č. 4: Cena podprsenky

Otázka č. 4: Při výběru podprsenky, jaký preferujete materiál?

Jak už jsem se zmínila v mé teoretické části, tak ženy preferují spíše syntetické materiály. Tedy podprsenky z polyesterových, polyamidových vláken, lycry. Tyto materiály převládají, jak u módních, tak u funkčních podprsenek.

Bavlněné prádlo a podprsenky jsou určeny pro ženy, které mohou mít na syntetiku alergii, nebo uznávají spíše materiály přírodní.



Graf č. 5: Preferovaný materiál

Otázka č. 5: Místo nákupu:

U této otázky byla možnost výběru z několika odpovědí, proto součet neodpovídá 150, nýbrž je větší (208).

Jako nejnavštěvovanější místo pro nákup podprsenky se pro většinu žen jeví *řetězce obchodů s oblečením* (např. H&M, Reserved, C&A, F&F atd.). Zde je nabídka velická, od bot, po kabelky, oblečení a doplňky. Podprsenky a spodní prádlo v těchto obchodech patří do nižší cenové relace. Největší oblíbenost je logická, podprsenky podléhají módě a módním trendům, jsou relativně kvalitní a cena není vysoká.

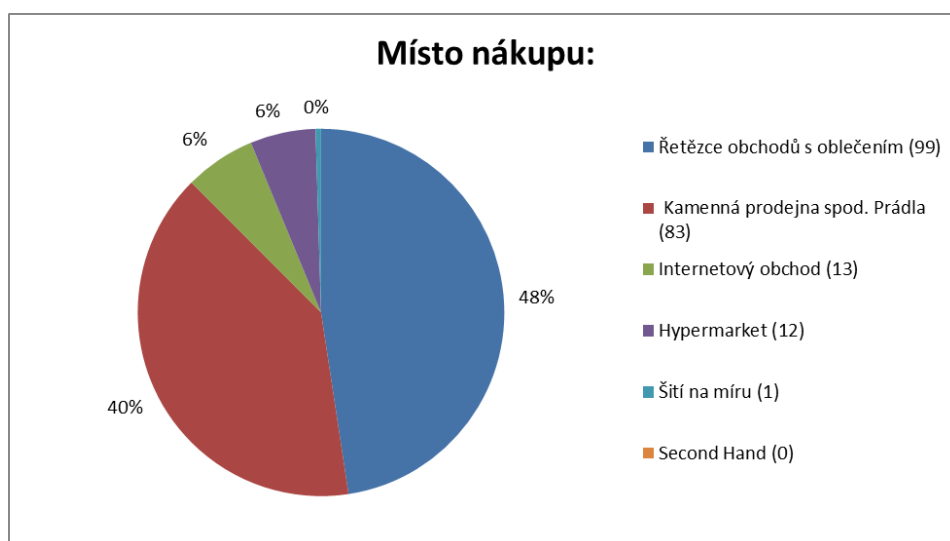
Pouze o 8 % méně žen navštěvuje, a má v oblíbenosti, *kamenné prodejny spodního prádla*. Tyto prodejny se většinou specializují pouze na spodní prádlo, plavky a noční prádlo. V těchto prodejnách pracuje personál, který je ochotný poradit, a hlavně se zákazníci věnovat, takže roste šance, že vyberete správnou podprsenku, která Vám bude sedět.

Můj osobní názor, je po návštěvě Správné podprsenky, takový, že už budu navštěvovat pouze kamenné specializované prodejny.

Internetový obchod zvolilo pouze 13 žen. Koupí podprsenky přes internetový obchod bych nedoporučovala, a to z toho důvodu, že člověk nemá možnost si prádlo vyzkoušet. Pokud obchod, ve kterém podprsenku kupujeme, známe, a víme velikost, jakou v daném obchodu máme, tak to však není problém.

Další možností byl hypermarket. Patří mezi levnější varianty a většinou je zde možnost vyzkoušení dané podprsenky.

Pouze 1 žena z dotazovaných vyplnila, že si podprsenku nechává šít na míru. Jedná se o nezvyklou nákladnější možnost, ale v případě, že má žena nezvyklou velikost (např. příliš malý obvod a velká ňadra) a velmi špatně podprsenku shání i ve specializovaných obchodech, tak je rozhodně šití na míru cesta k úspěchu.



Graf č. 6: Místo nákupu

Otázka č. 6: Jaký typ podprsenky nejčastěji nosíte:

U této otázky byla možnost výběru z několika odpovědí, proto součet neodpovídá 150, nýbrž je větší (248).

Nejčastějším typem podprsenky, kterou označilo 80 žen, je push up podprsenka. Tento typ podprsenky je velice oblíbený. Vycpávky v podprsence ňadra vytvarují, nadzvednou a dodají jim větší objem. Oblíbenost tohoto typu podprsenky souvisí s pocitem při zkoušení, tvarováním a zvýrazněním ňader.

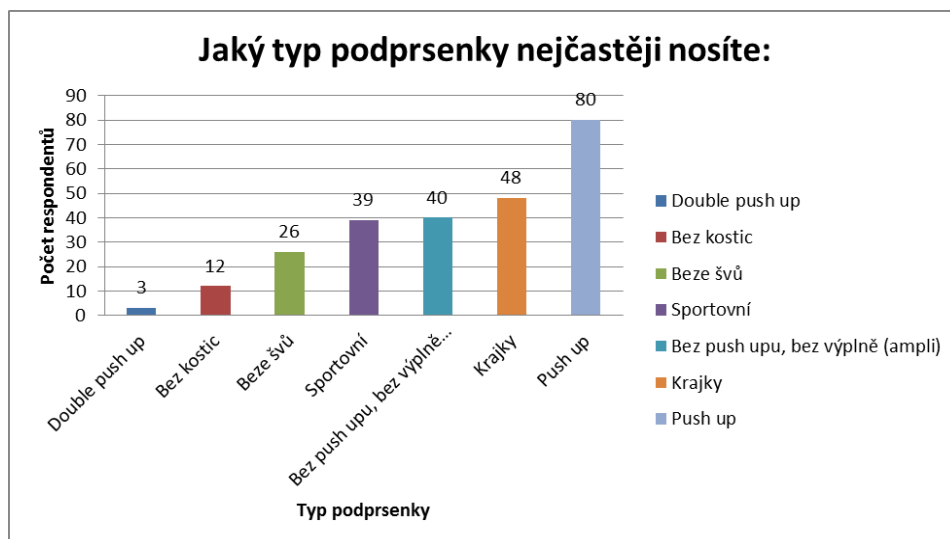
Druhým nejoblíbenějším typem jsou krajkové podprsenky. Krajky mohou sloužit jako dekorace nebo může být podprsenka celá z krajky. Aby nebyly podrážděny bradavky, je vnitřní strana potažena jemnou síťovinou. Krajkové podprsenky jsou velice elegantní a sexy.

Třetím typem jsou podprsenky bez výplně, bez push up-efektu. Tyto podprsenky jsou příjemné na nošení hlavně v létě, a to kvůli prodyšnosti a možnosti přirozeného pohybu ňader.

Své zastání našla i sportovní podprsenka. Ta se vyrábí buď klasicky z bavlněných vláken, nebo syntetických vláken. Ramínka bývají zpravidla na zádech překřížena. Zajišťuje kontrolu nad ňadry při sportu, aby nedocházelo k případné bolesti prsní tkáně. Sportovní podprsenka bývá bez kostic a výplň bývá minimální.

Posledním typem zde byla bezešvá podprsenka, která je velice podobná podprsence sportovní. Většinou má ale ramínka, která jsou úzká.

Nejméně oblíbené byly podprsenky bez kostic, a double push up-efektem.



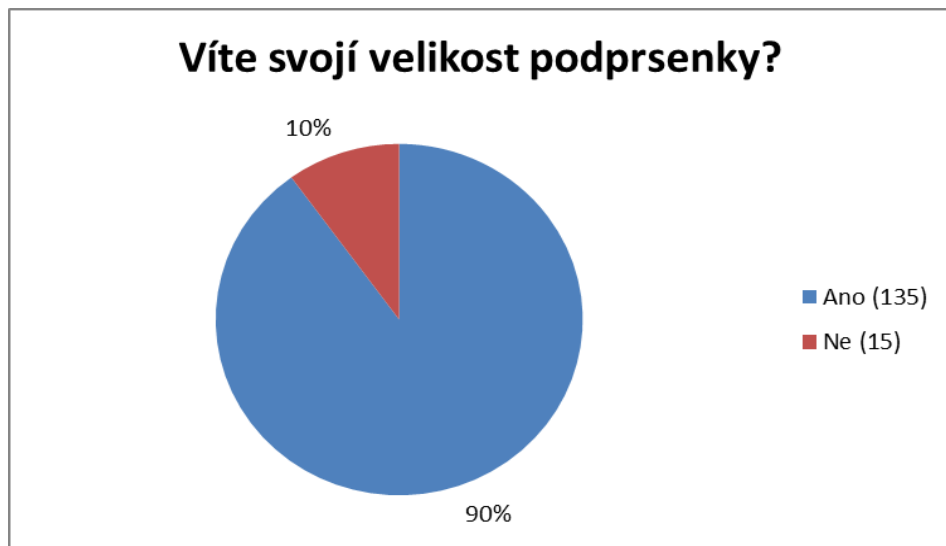
Graf č. 7: Nejčastěji nošený typ podprsenky

Otázka č. 7: Víte svoji velikost podprsenky?

U této otázky, zdali dotazované ženy vůbec znají svou velikost podprsenky, vyšla pozitivní statistika. Pouze 15 žen ze 150 nezná svojí velikost. Předpokládám, že 1 žena z nich podprsenku nenosí (viz graf nosíte podprsenku?)

Ostatních 14 žen by se mělo buď změřit doma, pomocí krejčovského metru a zjistit tak svoji velikost, nebo se poradit ve specializovaném obchodě a zjistit svou správnou velikost.

Doufám, že moje práce bude mít přínos pro ty ženy, které svojí velikost nevědí a chtějí ji zjistit.



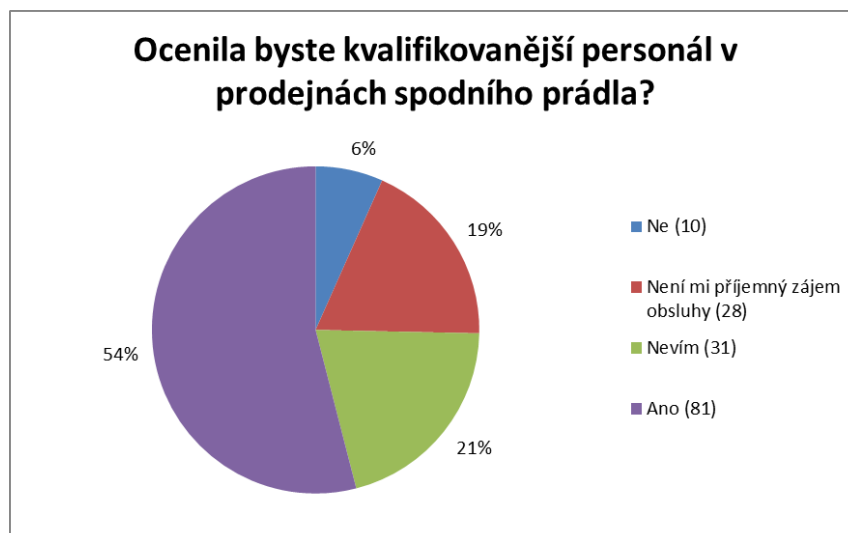
Graf č. 8: Velikost podprsenky

Otázka č. 8: Ocenila byste kvalifikovanější personál v prodejnách spodního prádla?

Většina žen by kvalifikovanější personál v prodejnách spodního prádla ocenila. Nebyl by tak pro ně problém pokládat případné dotazy a dostat na ně odpověď.

Já osobně mám zkušenost s prodejem spodního prádla, a mohu říci, že a úroveň profesionality a hlavně znalosti o spodním prádle a podprsenkách bohužel nebyly u personálu nijak značné.

Další skupina žen označila, že jim není příjemný zájem obsluhy. Může to být jak z hlediska studu, tak i kvůli tomu, že mají jasnou představu o podprsence a poradit nepotřebují.



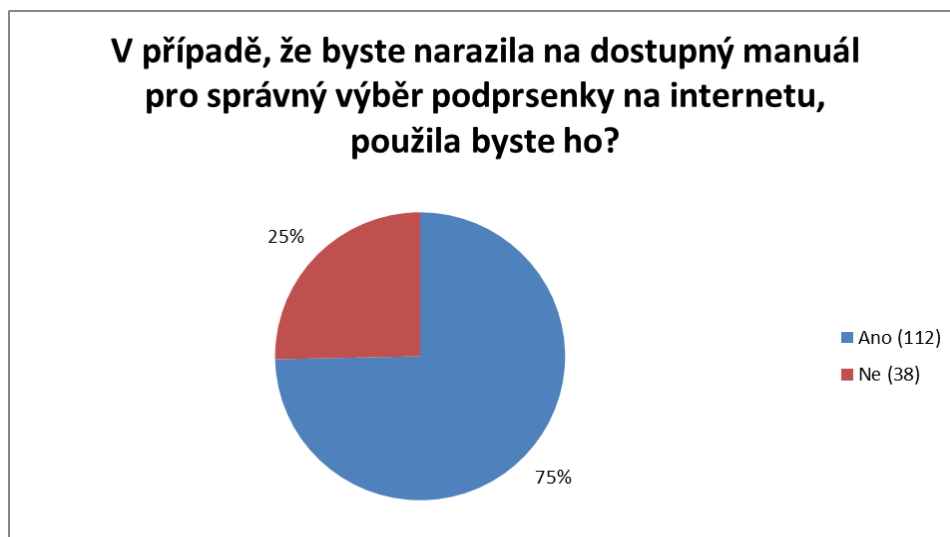
Graf č. 9: Kvalifikovanější personál v prodejnách

Otázka č. 9: V případě, že byste narazila na dostupný manuál pro správný výběr podprsenky na internetu, použila byste ho?

Výsledky ukazují, že 112 žen by případný dostupný manuál použilo. I pro tento případ vytvářím danou webovou stránku s jednoduchým návodem pro správný výběr podprsenky.

Tento manuál by mohl ženám osvětlit, zdali postupují při svém měření správně.

Zbýlých 38 žen o manuál neprojevovalo zájem a stránku by pravděpodobně nenavštívily.



Graf č. 10: Použití manuálu pro správný výběr podprsenky

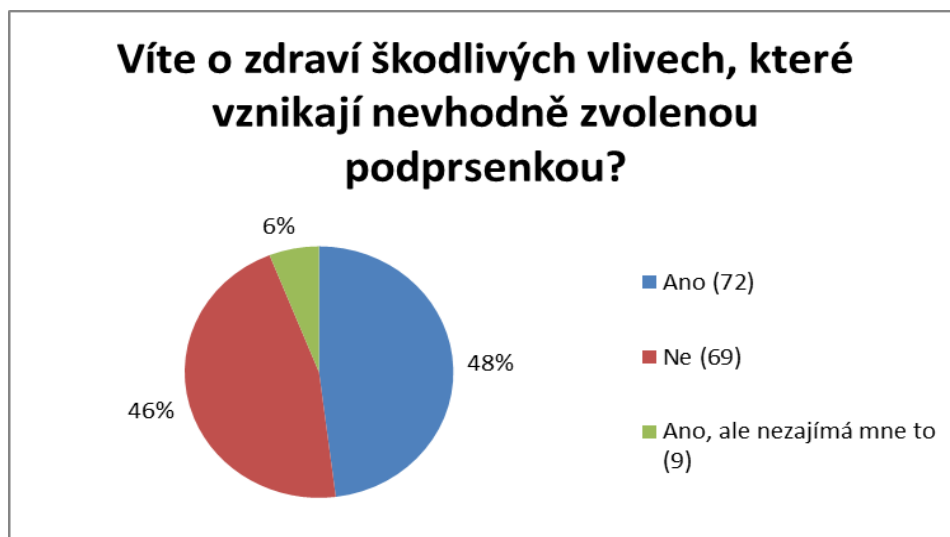
Otázka č. 10: Víte o zdraví škodlivých vlivech, které vznikají nevhodně zvolenou podprsenkou?

U této otázky mě zarazil počet žen, které vůbec nemají povědomí o zdravotních komplikacích a problémech, které mohou vzniknout nevhodně zvolenou podprsenkou.

Téma podprsenky a zdravotní problémy není moc známé a prozkoumané. Nejsou provedeny žádné studie ani případné testy.

Pozitivní je, že nadpoloviční část žen o komplikacích povědomí má.

Negativem je, že 9 žen o problémech ví, ale neklade jim žádný důraz. Případné zanedbání příznaků by mohlo vést až k těžké nemoci.



Graf č. 11: Zdraví škodlivé vlivy

Otázka č. 11: Jak dlouho v průměru denně nosíte podprsenku?

Tato otázka mě zajímala z toho důvodu, abych zjistila, jak dlouho ženy v průměru denně nosí podprsenku.

98 žen nosí podprsenku déle než 12 hodin denně. Důvodem může být lepší pocit (zvýraznění, tvarování ňader), nebo společenská norma.

Módně orientované ženy se zpravidla ztotožňují se svým stylem oblékání a vzhledem. Pokud žena z psychologických důvodů klade důraz na svá ňadra, a získá dojem, že když podprsenku nemá, tak její ňadra nevypadají dobře, tak podprsenku bude nosit co nejdéle.

Spousta žen si na podprsenku také jednoduše zvykla.

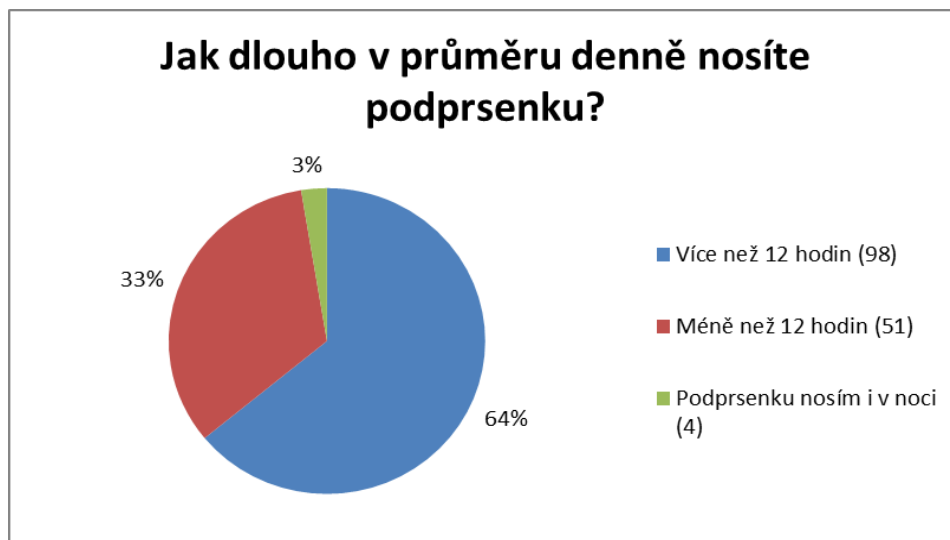
Ženy, které mají objemné poprsí, podprsenku nosí kvůli pohodlí. Díky váze ňader mohou trpět bolestmi zad, mají problém s rozložením váhy a neustálím nakláněním dopředu.

Některé ženy, mezi které se řadím i já, udělají po příchodu domů (ze školy, práce atd.) to, že si podprsenku sundají.

Ženy, které podprsenku nosí méně, než 12 hodin, teoreticky snižují možnost vzniku zdravotních problémů.

Třetí možnost, že podprsenku nosí žena i v noci, označily 4 ženy. Může se jednat o ten případ, který jsem popsala výše, a to ten, že žena má objemnější poprsí. Z toho důvodu je pro ni pohodlnější mít ňadra i přes noc stažena podprsenkou.

Je potřeba brát v potaz i oblečení, ve kterém spíme. Pokud je pyžamo, které máme na noc, upnuté a obepíná pevně naše tělo, omezuje se průtok lymfy i v noci.



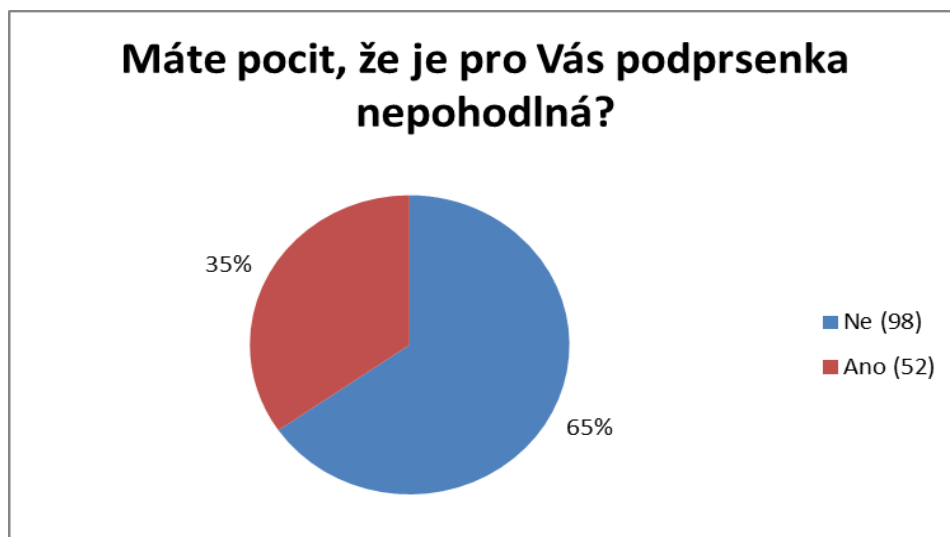
Graf č. 12: Průměrná doba nošení podprsenky

Otázka č. 12: Máte pocit, že je pro Vás podprsenka nepohodlná?

Tato otázka měla za úkol subjektivně zhodnotit pocity žen při nošení podprsenky. Pojem pohodlí je v tomto případě relativní. Většina lidí se v dnešní době naučila přijímat skutečnost, která nemusí být nutně příjemná. Podprsenka vyvíjí určitý tlak, aby udržela ňadra v požadované pozici.

Pro 98 dotazovaných žen je podprsenka, kterou nosí, pohodlná. Je možné, že si za dobu, kterou podprsenky nosí, zvykly a naučily se v ní cítit pohodlně.

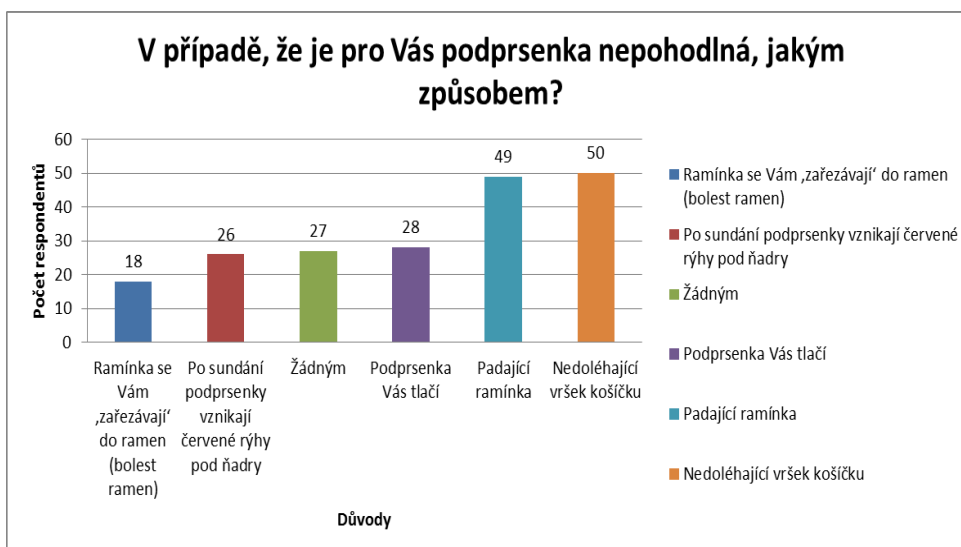
Třetina žen se ale v podprsence, co nosí, pohodlně necítí. S tímto souvisí moje následující otázka.



Graf č. 13: Nepohodlnost podprsenky

Otázka č. 13: V případě, že je pro Vás podprsenka nepohodlná, jakým způsobem?

U této otázky byla možnost výběru z několika odpovědí, proto součet neodpovídá 150, nýbrž je větší (198).



Graf č. 14: Důvod nepohodlnosti podprsenky

Pro 52 žen je podprsenka nepohodlná. A mě zajímalo, jakým způsobem.

Skoro stejný počet (49 a 50) žen označilo jako nepříjemné *padající ramínka a nedoléhající vršek košíčku*. Tyto nedostatky svědčí o špatné velikosti podprsenky. Dalším problémem je *tlačení, přílišné stažení podprsenky* – to je známka malého obvodu podprsenky.

Předpokládám, že ženy, které označily, že je podprsenka *žádným způsobem* neomezuje, označily v předchozí otázce, že podprsenka pro ně nepohodlná není.

Skutečnost, že po sundání podprsenky *zůstávají pod ňadry rudé rýhy*, označilo 26 žen. Jedná se o otlačení kostic do kůže.

V poslední řadě také dochází k přílišnému *zařezávání ramínek do kůže*. To označilo za problematické 18 žen. Tento problém vzniká nadměrným zatěžováním ramínek, nevhodností šířky ramínek, pravděpodobně má podprsenka příliš velký obvod a váhu ňader nesou pouze ramínka. To může vést i k bolestem zad, hlavy i migrénám.

Otázka č. 14: Jste žena ve věku....let:

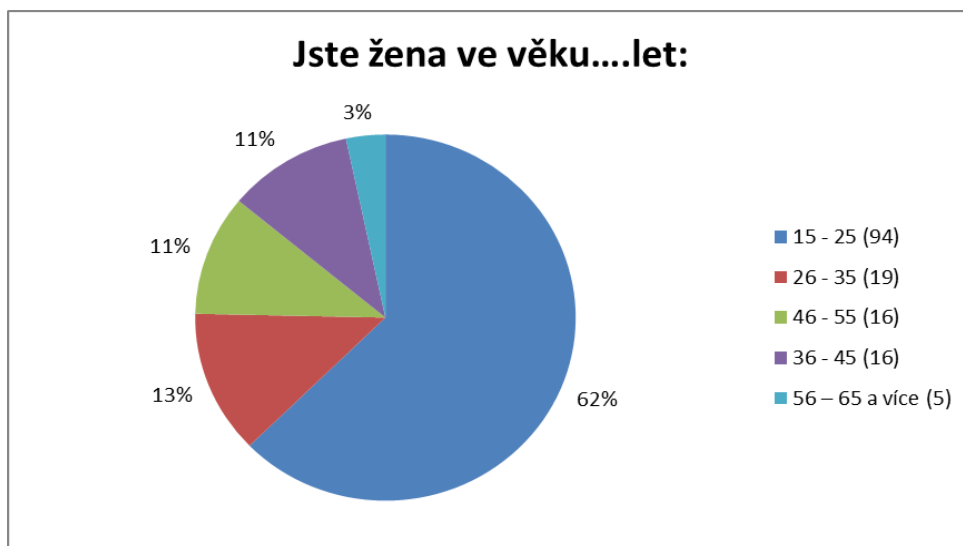
Nejvíce zastoupenou věkovou skupinou v mém průzkumu byla skupina 15 až 25 let. Do této skupiny se řadím i já, a proto jsem nejvíce odpovědí dostala právě od této věkové skupiny.

Ženy v tomto věku patří mezi tzv. internetovou generaci, tím pádem měly k průzkumu aktivnější přístup. V dnešní době vyznávají ženy zdravější životní styl, tím pádem věnují více pozornosti i svému zdraví.

Další skupinou byly ženy ve věku 26 až 35 let. Tyto ženy už zpravidla v zaměstnání jsou a mohou být více pod stresem.

Stejněho procentuálního výsledku dosáhly skupiny ve věku 36 až 45, a 46 až 55. Ženy středního věku jsou nejvíce ohroženou kategorií, ve které se objevuje riziko vzniku rakoviny prsu. Druhá skupina žen prochází menopauzou, při které dochází k velkým hormonálním změnám v lidském těle.

Ženy ve věku 56 až 65 a více byly v mém průzkumu zastoupeny nejméně.



Graf č. 15: Věk respondentky

2.2 Rozhovor

Praktická část byla rozšířena o **krátký rozhovor** se zástupkyní majitelky Správné podprsenky, p. Karolínou Tomascovou. V rámci tohoto rozhovoru byly zjišťovány postoje zákaznic Správné podprsenky z pohledu marketingového a textilního.

Otázky, byly systematicky kladeny na danou tematiku a rozhovor byl doplněn fotkami z obchodu.

- Dobrý den, děkuji, že jste si na mě udělala čas a chtěla bych Vás poprosit, zdali bude možné Vaše jméno a případné fotografie z obchodu Správná podprsenka uvést v mé práci.
 - Dobrý den, není zač a ano, určitě můžete.
- V první řadě mě zajímá Váš osobní názor na podprsenky. A myslíte si, že může mít nějaké negativní vlivy?
 - Podprsenka nemá sama o sobě žádné závady, pokud je ve správné velikosti. V případě, že člověka čeká nějaká operace, tak je na základě lékařského rozhodnutí, zdali kostice mohou být, či-ne. Taky záleží na materiálu látky i kostic – zdali je nezávadný.
- Správná údržba?
 - Podprsenky prát spíše v ruce, nepřidávat aviváž. Vlákno lycry začne poté hodně pružit a podprsenka se potom moc vytáhne.
- Zákaznice, které přijdou do obchodu, vědí, co chtějí? Mají povědomí o své velikosti podprsenky?
 - Spíše si nechávají poradit. Ptáme se, jestli spíše světlé, nebo tmavé prádlo, a po vyzkoušení s tím pracujeme dále. Co bude hlavně sedět a vypadat nejlépe.
- Trendy na jaro/léto 2015?
 - Tento rok budou v kurzu barevné podprsenky. Hlavně světle zelená (mint) a modrá. Na podzim spíše tmavší barvy. Barevnými stálicemi jsou logicky bílá, černá a tělová.

- Jaké je cenové rozmezí v obchodu Správná podprsenka? Dále jaké mají Vaše podprsenky kostice – plastové nebo kovové? A jaké materiály zákaznice preferují?

➤ V našem obchodě máme podprsenky kolem tisíce korun, nejdražší za 2500 Kč. Cena se odvíjí od materiálu.

➤ Co se týče kostic, tak v našem obchodě máme spíše kovové, ale jedná se o flexi kostice, které jsou ohebné a prošly úspěšně zdravotními testy o nezávadnosti. Všechny naše produkty jsou pod záštitou Oeko-Tex. (*pozn. Oeko-Tex je nezávislý testovací a certifikační systém pro textil atd. Testují přítomnost škodlivých látek v materiálu)

Nedá se říci, že by zákaznice preferovali určitý materiál. Spíš se stane, že přijde zákaznice a potřebuje podprsenku, která bude z vnitřní strany bavlněná, kvůli alergii. Tento aspekt je hodně individuální.

(pozn. Podprsenky s elastickými textilními vlákny, jako jsou lycra a spandex, mohou obsahovat řadu chemických látek, včetně sloučenin s fenoly a sírou, u nichž bylo prokázáno, že způsobují kožní potíže) [36].

Já děkuji za rozhovor a ochotu týmu obchodu Správná podprsenka a speciálně p. K. Tomascové.



Obr. č.: 11: Interiér obchodu



Obr. č.:12: Exteriér obchodu

2.3 Vytvoření webové stránky dostupné pro širokou veřejnost

<http://www.podprsenkaprome.estranky.cz/>

Výstupem bakalářské práce je webová stránka. A to z toho důvodu, že v dnešní době je přístup k internetu běžná věc.

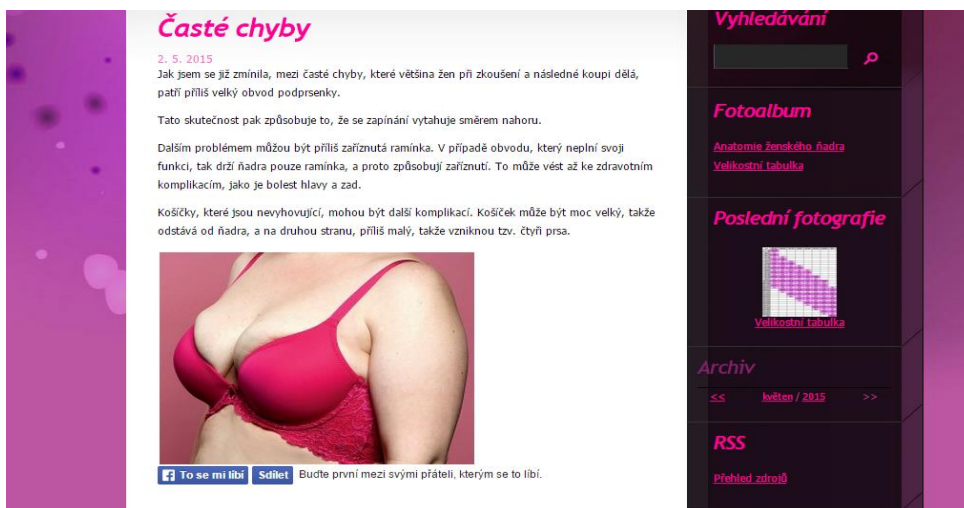
Stránka krátce shrnuje správný výběr podprsenky. Dále také informuje o zdravotních problémech, které mohou být způsobeny nošením nesprávné velikosti podprsenky a v poslední řadě slouží i jako návod pro správné změření lidského těla.



Obr. č. 13: Úvodní stránka webu



Obr. č. 14: Měření obvodu pro výběr



Obr. č. 15: Časté chyby



Obr. č. 16: Zdravotní problémy



Obr. č. 17: Fotoalbum

3 Závěr

V práci je nejprve stručně shrnuta historie podprsenky jako takové, a též historie oděvů, které podprsenice předcházely. Dále práce popisuje význam podprsenky v dnešní době, materiály, které jsou pro výrobu podprsenek typické, jsou zde zmíněny i trendy na léto 2015.

Práce se krátce zaměřuje na anatomii ženského těla, s orientací na ženská nadra a na lymfatickou mizní soustavu, pokračuje nastíněním zdravotních problémů, které mohou vzniknout nošením nevhodně zvolené podprsenky.

V další části byl popsán návrh na měření, které je potřebné pro správný výběr podprsenky.

Posledním dílem teoretické části je marketingový výzkum, který je krátce shrnut a vysvětlen.

Praktická část byla založena na dotazníku, jeho zpracování a doplňkového rozhovoru s p. Karolínou Tomascovou. Z rozhovoru vyplynulo, že podprsenka, je-li ve správné velikosti, nezpůsobuje žádné zdravotní komplikace, dále byly potvrzeny informace o údržbě prádla, ošetření podprsenky vůči vytahání.

Jak již bylo zmíněno, dotazník byl zaměřen na otázky z pohledu zdravotního, marketingového, subjektivního a textilního.

Z hlediska zdravotního pohledu vyšlo překvapivé zjištění, a to takové, že velký počet žen neví, že špatný výběr a nošení podprsenky může vést k zdravotním komplikacím.

Z pohledu marketingu vyšlo najevo, že nejoblíbenější místo pro kup podprsenky jsou řetězce s oblečením jako je Reserved, H&M, C&A atd. Nejčastější pořizovací cena je od 200 do 500 Kč.

Co se týče materiálů a jejich oblíbenosti, většina žen se přiklonila k syntetickým materiálům. Při rozhovoru s p. K. Tomascovou však tato informace nebylo potvrzena, jelikož tento aspekt je příliš individuální.

Z otázek kladené přímo na subjektivní názor respondentů vyplynulo, že většina žen se při výběru podprsenky rozhoduje podle pocitu při zkoušení, dále většina svojí velikost

podprsenky ví, ale přesto by si nadpoloviční většina žen, manuál, jak správně vybrat podprsenku, přečetly.

Hlavním cílem práce bylo rozšíření informovanosti o problematice špatného výběru podprsenky a vytvoření webové stránky (podprsenkaprome.cz), která stručně shrnuje návod na výběr správné podprsenky, pomůže minimalizovat chyby, které ženy při výběru a nákupu podprsenky obvykle dělají. A v neposlední řadě webová stránka obsahuje i výše zmíněné zdravotní problémy, jež se mohou objevit při nesprávném výběru dámského spodního prádla.

Použitá literatura

[1] Reichelová K., Stručná historie podprsenky [online], 05. 03. 2013, Top story, Téma. Dostupné z www:

<http://artikl.org/tema-mesice/jak-se-vyvijela-opomijena-soucast-zenskeho-satniku-strucna-historie-podprsenky>

[2] Národní památkový ústav, Historie spodního prádla [online]. Dostupné z www:

http://www.npu.cz/download.php?FNAME=1252559371.upl&ANAME=%C8P-let%E1k_pr%E1dlo.pdf

[3] Vliv korzetu na ženské tělo. Dostupné z www:

<http://files.korzety.webnode.cz/200000003-922359320b/deformace.jpeg>

[4], [7] Šerá, A. Historie podprsenky [online], 21. 05. 2010. Dostupné z www:

<http://www.omlazení.cz/clanky/historie-podprsenky.html>

[5] LA BRASSIÈRE. Dostupné z:

Steele, V. The Corset – A Cultural History. New Haven & Londýn: Yale University Press, 2005, s. 149

[6],[8] RYCHLÁ, Helena. Problematika velikostního sortimentu dámských podprsenek. Liberec, 2009. 49 s. Technická univerzita v Liberci, Fakulta textilní. Katedra hodnocení textilií. Vedoucí bakalářské práce Ing. Hana Štočková

[9] Módní trendy na rok 2015, [online]. Dostupné z www:

<http://ipodprsenky.cz/modni-trendy/>

[10] Bavlněné pole. Dostupné z www:

<http://bocoton-biobavlna.cz/style/novinky/71/proc-pouzivat-biobavlnu-duvod-prvni-chemicke-latky.jpeg>

[11], MILITKÝ, J.: Textilní vlákna, klasická a speciální, Fakulta textilní TUL 2002 ISBN 80-7083-644-X

[12] Bavlněné podprsenky [online]. Dostupné z www:
<http://www.rajpradla.cz/bavlnene-podprsenky>)

[13] Bavlněné podprsenky bez kostic [online]. Dostupné z www:
<http://www.rajpradla.cz/bavlnene-podprsenky-bez-kostic>

[14] Vlákna [online]. Dostupné z www:
<http://turbo.cdv.tul.cz/mod/book/view.php?id=863>

[15] Vložky do podprsenky. Dostupné z www:
<http://www.branakdetem.cz/img/produkty/full/1/3/13914.jpg>

[16] Viskóza: příčný řez. Dostupné z www:

http://turbo.cdv.tul.cz/pluginfile.php/3853/mod_book/chapter/3442/chemicka_vlakna/Viskoza-rez-50um.jpg

[17] Viskóza: podélný řez. Dostupné z www:
http://turbo.cdv.tul.cz/pluginfile.php/3853/mod_book/chapter/3442/chemicka_vlakna/Viskoza-50um.jpg

[18] MILITKÝ, J.: Textilní vlákna, klasická a speciální, Fakulta textilní TUL 2002
ISBN 80-7083-644-X

[19],[21] Klinika Esthé, Vývoj a anatomie ženského prsu [online]. Dostupné z www:

<http://www.esthe-plastika.cz/knihy/prsa-ocima-plastickeho-chirurga/vyvoj-a-anatomie-zenskeho-prsu.htm>

[20] Anatomie prsu. Dostupné z www:

<http://www.esthe-plastika.cz/knihy/prsa-ocima-plastickeho-chirurga/vyvoj-a-anatomie-zenskeho-prsu.html>

[22] Lymfatické cesty v prsní tkáni. Dostupné z:

SINGER, Sydney Ross; GRISMAIJEROVÁ, Soma. Móda si to žádá, Jak nošení podprsenky přispívá ke vzniku rakoviny prsu. 1. vyd. Praha: Triton, 2014. 187 s. ISBN 978-80-7387-700-2. str. 82

[23] Lymfatický systém. Dostupné z www:

<http://mtbs.cz/obrazek/lymfaticky-system-mtbs.jpg>

[24] Joalis, Co jsou toxiny? [online]. Dostupné z www:

<http://www.joalis.cz/cs/1054-co-jsou-toxiny>

[25] Centrum léčebné rehabilitace s.r.o., Lymfatická masáž, [online]. Dostupné z www:

<http://www.rehabilitace-liberec.cz/cs/lymfaticka-masaz/>

[26] SINGER, Sydney Ross; GRISMAIJEROVÁ, Soma. Móda si to žádá, Jak nošení podprsenky přispívá ke vzniku rakoviny prsu. 1. vyd. Praha: Triton, 2014. 187 s. ISBN 978-80-7387-700-2.

[27] Jak zjistit velikost podprsenky? [online]. Dostupné z www:

<http://www.spravnapodprsenka.cz/dulezite>

[28] Správné oblečení podprsenky [online]. Dostupné z www:

<http://www.spravnapodprsenka.cz/dulezite/jak-si-oblect-podprsenku>

[29] Chyby při nošení [online]. Dostupné z www:

<http://www.spravnapodprsenka.cz/dulezite/caste-chyby>

[30] Označení podprsenek [online]. Dostupné z www:

http://www.lechaton.cz/luxusni-spodni-pradlo/vyztuzene-podprsenky/podprsenka-balkonova-vyztuzena-A-E_P21448V183379.html

[31] Velikostní tabulka. Dostupné z www:

<http://www.padnemi.cz/images/thumbs/0000113.g>

[32] Údržba podprsenky [online]. Dostupné z www:

<http://www.mojepodprsenky.cz/pece-o-podprsenku/>

[33] FORET, M.: Marketingový průzkum: Poznáváme svoje zákazníky. 2. vydání. Praha: BizBooks, 2012. ISBN 978-80-265-0038-4

[34], [35] Strnad,P., Dědková,J.: Strategický marketing, TUL Liberec, 2009

[35] SINGER, Sydney Ross; GRISMAIJEROVÁ, Soma. Móda si to žádá, Jak nošení podprsenky přispívá ke vzniku rakoviny prsu. 1. vyd. Praha: Triton, 2014. 187 s. ISBN 978-80-7387-700-2.

3.1 Seznam obrázků

Obr. č. 1: Vliv korzetu na ženské tělo

Obr. č. 2: La Brassière

Obr. č. 3: Bavlněné pole

Obr. č. 4: Vložky do podprsenky

Obr. č. 5: Viskóza: příčný řez

Obr. č. 6: Viskóza: podélný řez

Obr. č. 7: Anatomie prsu

Obr. č. 8: Lymfatické cesty v prsní tkáni

Obr. č. 9: Lymfatický systém

Obr. č. 10: Velikostní tabulka

Obr. č. 11: Interiér obchodu

Obr. č. 12: Exteriér obchodu

Obr. č. 13: Úvodní stránka webu

Obr. č. 14: Měření obvodu pro výběr

Obr. č. 15: Časté chyby

Obr. č. 16: Zdravotní problémy

Obr. č. 17: Fotoalbum

3.2 Seznam grafů

Graf č. 1: Průměrný čas vyplňování dotazníku

Graf č. 2: Nošení podprsenky

Graf č. 3: Rozhodování při výběru

Graf č. 4: Cena podprsenky

Graf č. 5: Preferovaný materiál

Graf č. 6: Místo nákupu

Graf č. 7: Nejčastěji nošený typ podprsenky

Graf č. 8: Velikost podprsenky

Graf č. 9: Kvalifikovanější personál v prodejnách

Graf č. 10: Použití manuálu pro správný výběr podprsenky

Graf č. 11: Zdraví škodlivé vlivy

Graf č. 12: Průměrná doba nošení podprsenky

Graf č. 13: Nepohodlnost podprsenky

Graf č. 14: Důvod nepohodlnosti podprsenky

Graf č. 15: Věk respondentky

3.3 Seznam příloh

3.3.1 Dotazník

Dobrý den,

Jmenuji se Eliška Kovářová a jsem ve 3. Ročníku na Technické univerzitě v Liberci, na oboru Textilní marketing.

Byla bych Vám velice vděčná, pokud byste si našla pár chvil na vyplnění mého dotazníku na téma *Správný výběr podprsenky a její vliv*, který je nedílnou součástí mé práce.

Dotazník je anonymní.

Předem moc děkuji za vyplnění.

1. *Nosíte podprsenku?*

- Ano
- Ne
- Někdy (pouze do práce, na sport)

2. *Při výběru se rozhodujete dle:*

- Ceny
- Barvy
- Pocitu při zkoušení
- Doporučení prodavačky
- Značky

3. *Cena podprsenky – obvykle kupujete podprsenku za/do:*

- do 200 Kč
- 200 – 500 Kč
- 500 - 1000 Kč
- 1000 a více

4. *Místo nákupu:*

- Kamenná prodejna spodního prádla
- Hypermarket
- Internetový obchod
- Šití na míru

- Řetězce obchodů s oblečením (např. H&M, C&A, Zara, Reserved, Marks & Spencer atd.)

5. *Setkáváte se s problémy při nošení podprsenky, jako například:*

- Zařezávající ramínka
- ‚Přetékající‘ prsa
- Zapínání ujíždí nahoru
- Střed podprsenky neleží správně na hrudní kosti

6. *Jaký typ podprsenky nejčastěji nosíte*

- bez kostic
- push up
- double push up
- beze švů
- krajky
- bez push up (ampli)
- sportovní

7. *Víte svojí velikost podprsenky?*

- Ano
- Ne, nevím

8. *Ocenila byste kvalifikovanější personál v prodejnách spodního prádla?*

- Ano
- Ne
- Nevím
- Není mi příjemný zájem obsluhy.

9. *V případě, že byste narazila na dostupný manuál pro správný výběr podprsenky na internetu, použila byste ho?*

- Ano
- Ne
- Nevím

10. *Víte o zdraví škodlivých vlivech, které vznikají nevhodně zvolenou podprsenkou?*

- Ano
- Ne
- Ano, ale nezajímá mne to.

11. *Jaký materiál u své podprsenky preferujete?*

- Spíše pohodlí (bavlna)
- Spíše vzhled (satén, polyester)

12. *Jste žena ve věku....let:*

- 15 – 25
- 25 – 35
- 35 – 45
- 45 – 55
- 55 – 65 a více