

1. **Richtige Größe:**

Wählen Sie immer einen BH, der zu Ihrer Brust- und Umfangsgröße passt. Eine falsche Größe kann Unbehagen oder sogar gesundheitliche Probleme (z. B. Durchblutungsstörungen) verursachen.

2. **Richtige Anwendung:**

Tragen Sie den BH nicht länger als nötig, insbesondere wenn er sehr eng ist. Längeres Tragen kann Hautreizungen oder Druckstellen verursachen.

3. **Allergische Reaktionen:**

Wenn Sie empfindliche Haut haben, überprüfen Sie, ob das Material des BHs keine allergieauslösenden Stoffe (z. B. Latex) enthält. Bei Reizungen stellen Sie die Verwendung ein und konsultieren einen Arzt.

4. **Materialien-Sicherheit:**

Stellen Sie sicher, dass der BH aus sicheren und zugelassenen Materialien besteht. Vermeiden Sie Produkte mit chemischen Beschichtungen unbekannter Herkunft.

5. **Tragen und Aktivität:**

Tragen Sie Freizeit-BHs nicht während des Sports – wählen Sie speziell für den Sport geeignete BHs, um Verletzungen zu vermeiden.

6. **Aufbewahrung:**

Schützen Sie den BH vor scharfen Gegenständen, die ihn beschädigen könnten. Beschädigte BHs können Unbehagen verursachen oder die Haut verletzen.

7. **Sicherheit von Kindern:**

Bewahren Sie den BH außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Kleine Teile (z. B. Metallbügel oder Dekorationen) könnten gefährlich werden.

8. **Pflege:**

Verwenden Sie beim Waschen milde Reinigungsmittel und vermeiden Sie chemische Reinigungsmittel, die das Material beschädigen und die Sicherheit des BHs beeinträchtigen könnten.

9. **Einschränkungen bei der Verwendung:**

Tragen Sie ungeeignete BHs (z. B. mit bestimmten Bügeln) während der Schwangerschaft oder Stillzeit nur nach Rücksprache mit einem Arzt.

10. **Keine beschädigten BHs verwenden:**

Wenn der BH beschädigt ist (z. B. herausragender Bügel, zerrissene Nähte), hören Sie auf, ihn zu tragen, da dies Verletzungen verursachen könnte.