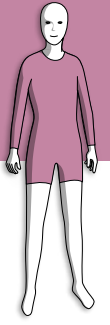


# 39311, 39312 PUKU

## Ohjeet mittojen ottamiseen

elements  
body



## PUKU HIHOILLA JA LAHKEILLA

Oranssi & neliö = pituus

Sininen & ympyrä = ympärysmitta

Ohjeet mittojen ottamiseen. Kaikki mitat ovat cm:nä. Pituusmitta (oranssi) - mittanauhan tulee olla ihossa kiinni. Kaikki mitat tulee ottaa ihoa myötäillen ilman, että mittaa vedetään suoraksi. Muutamaa poikkeusta lukuunottamatta kaikki mitat tulee ottaa asiakkaan ollessa makuuasennossa, vartalo rentona ja hengityksen tulee olla normaali. Asiakkaaseen on hyvä merkitä mitanottokohdat.

U	Keskivartalon ympärysmitta navan tasolta
C	Rintakehän ympärysmitta kainalotasolta
N	Kaulan ympärysmitta - ota mitta aloittaen kaulakuopasta (fossa jugularis sternalis) jatkaen kaulan juurta pitkin takaisin kaulakuoppaan
NS	Kaula-aukon leveys - Jos halutaan leveämpi kaula-aukko, mittaa kaulan alkamiskohdasta
ND	Kaula-aukon syvennys eteen - Jos halutaan kaula-aukko, joka ulottuu kaulakuopan alapuolelle (etuosa)
BD	Kaula-aukon syvennys taakse - jos halutaan takana syvämpi kaula-aukko (takana)
SU	Pituusmitta kaulakuopasta (fossa jugularis sternalis) napaan
AS	Ympärysmitta ASIS:nen kohdalta
L/R2	Olkavarren ympärysmitta kainalotasolta. Anna asiakkaan käsivarren olla suorana vartalon sivulla
L/R3	Ympärysmitta olkavarren puolivälistä
L/R4	Kyynärpään ympärysmitta. Anna asiakkaan käsivarren olla suorana vartalon sivulla
L/R5	Kyynärvarren ympärysmitta. Ota mitta yksi kolmasosa kyynärpästä alaspain (vain pitkät hihat)
L/R6	Ranteen ympärysmitta, siitä kohden mihin hihojen halutaan päättyvän (vain pitkät hihat)
L/R7	Pituusmitta kainalosta kyynärtaipeeseen
L/R8	Pituusmitta kyynärtaipeesta hihan päättymiskohtaan (vain pitkät hihat)

### Kun valitaan lyhyet hihat:

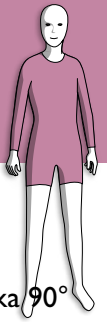
AER/AEL **Pituusmitta kainalosta hihan päättymiskohtaan**

Campscandinavia, JULI\_2021©

# 39311, 39312 PUKU

## Ohjeet mittojen ottamiseen

elements  
body



## PUKU HIHOILLA JA LAHKEILLA

- L/R 9 Reiden ympärysmitta - ota mitta reiden tyvestä asiakkaan olessa selinmakuulla lonkka 90° kulmaan taivutettuna
- L/R 10 Ympärysmitta reiden keskikohdasta
- L/R 11 Ympärysmitta patellan keskikohdasta
- L/R 12 Ympärysmitta säären yläosasta tuberositas tibian kohdalta (vain pitkille ja ¾ lahkeille)
- L/R13 Ympärysmitta pohkeen paksuimmasta kohdasta (vain pitkille ja ¾ lahkeille)
- L/R14 Ympärysmitta mediaalisen malleolin yläpuolelta (vain pitkille ja ¾ lahkeille)
- L/R15 Pituusmitta reiden sisäpuolelta haaraosasta patellan keskikohtaan (lyhyet ja pitkät lahkeet)
- L/R16 Pituusmitta säären sisäpuolelta patellan keskikohdasta mediaalisen malleolin yläpuolelle (vain pitkille ja ¾ lahkeille)
- L/R Instep Ympärysmitta jalkaholvin keskikohdasta (vain pitkät lahkeet)
- WW Haaramitta: Mittaa edestä vyötäröltä taakse vyötärölle navan tasolta. Jos asiakas käyttää vaippaa, mitta otetaan vaipan sivulta
- SCV Pituusmitta 7. kaulanikamasta kainalotasolle. Aseta kynä tai nauha tiukasti kainaloiden alle helpottaaksesi kainalotason oikean kohdan löytämistä, jotta mitasta ei tule liian pieni.

### Erityisesti lyhyelle ja ¾ lahkeelle:

CER/CEL *Pituus haaraosasta lahkeen pätyyn, mittaa reiden sisäpuolelta*

### Kun kyseessä naisten henkilö (ota mitta rintaliivin kanssa asiakkaan istuessa):

- B Ympärysmitta nännien kohdalta
- UB Ympärysmitta rintojen alapuolelta
- AUB Pituusmitta kainalotasosta rintojen alapuolelle samalle korkeudelle mistä UB-mitta otetaan

### Gastro-avanteen paikan määrittäminen kun valittu Bodyyn:

Paikka määritetään ilmoittamalla aukon sijainti suhteessa napaan. Tarvitset yleensä kaksi mitta.

- GU Pituusmitta navasta ylöspäin avanteen keskikohtaan
- GD Pituusmitta navasta alaspäin avanteen keskikohtaan
- GR Pituusmitta navasta oikealle avanteen keskikohtaan
- GL Pituusmitta navasta vasemmalle avanteen keskikohtaan