

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Для большинства людей, живущих на Земле, условия внешней среды неблагоприятны: ветер и солнце, зной и мороз. Менее зависим от этих условий целесообразно одетый человек, Под рациональной одеждой подразумевают такую, которая создает вокруг тела человека определенный микроклимат, Это температура воздуха 28—32° С, относительная влажность 20—40% при минимальном движении воздуха. Подчас в угоду моде целесообразность уступает чисто эстетическим соображениям . . . Нас же будут интересовать размеры и измерения, связанные с одеждой и обувью.



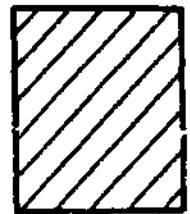
D=26,64

Q,03|7,0-10,0D



D=20,0

V=0,04|6,0-7,0D



D=16,03

V=0,05|4,5-5,5D

Рис. 3.17



D=13,36

V=0,06|4,0-4,5D



D=10,0

V=0,08|3,0-3,5D



D=8,01

V=0,1|2,25-2,75D



D=3,97

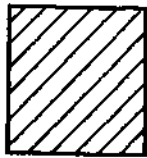
V=0,2|1,25-1,75D

ШЕНО

V-Q04

ЭМБШ

V-Q05



БШЕНО

V-Q06

 Ш Ч М Э Ю Б

V-Q08



 Ш Б М Е Ч Э

V-Q1



Ю Б Э Ш М Е Ч Ю Б Э Ш М Е Ч Б Э Ю

V-Q2

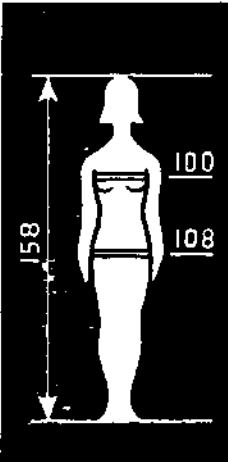


Типовые размеры одежды устанавливаются на основе антропометрических измерений — массового обмера населения. Эти измерения приходится периодически проводить заново, так как антропометрические особенности человека непостоянны. В последней главе этой книги приведены данные советских антропологов СИ. Успенского и СВ. Ермаковой, полученные при массовых обмерах мужчин, проживающих в Москве, в возрасте от 20 до 29 лет в 1966 году. Эти данные, видимо, устарели. Растут акселераты! В ныне действующих типовых размерах одежды учтены (и обработаны компьютером) данные "антропологической переписи" стран СЭВ. И живем мы по стандарту СЭВ, по которому введены новые типовые размеры готовой одежды и новые обозначения этих размеров на товарных ярлыках. Мы привыкли к таким обозначениям, например, "размер 54, рост II". Для нас это обозначало половину обхвата груди в см и условную длину изделия по росту. Сейчас на товарном ярлыке размеры изделия обозначаются полными значениями роста, обхвата груди, обхвата бедер типовой фигуры — для женской одежды, полными значениями роста, обхвата груди и обхвата талии — для мужской одежды, роста и обхвата груди — для одежды мальчиков и девочек. На ярлыках к верхним мужским сорочкам и детским верхним сорочкам указывается еще и обхват шеи. Последовательность обозначения — рост, обхват груди, бедер или талии, шеи — по стандарту строго обязательна.

Параметры Вашей фигуры могут отличаться от типовой в следующих пределах: по росту на 3 см (как в "+", так и в "-"), по обхвату груди и бедер — на 2 см, а обхвату талии на 3 см. Если у женщины, например, рост 160 см, обхват груди — 101 см, а бедер 109 см, то ей вполне подойдет изделие, на товарном ярлыке которого значится "158—100—108". Мальчику при росте 130 см и обхвате груди 65 см будет впору одежда с размерами 128—64.

На рис. 3.19, 3.20, 3.21 приведены типовые размеры, по которым промышленность выпускает одежду для женщин, девочек и мальчиков. Рост надо измерять без обуви — от пола до верхней точки головы, "поперечные" размеры — объемы груди, бедер — так, как показано на рисунках. Измерения проводятся портняжным метром. Рост измеряется после нанесения отметки на стене или другой вертикальной поверхности — от пола до отметки. Перенос верхней точки головы необходимо обеспечить параллельно полу с помощью книги, линейки, картонки . . . Одежда должна соответствовать росту и фигуре, не должна стеснять дыхание и кровообращение, да и вообще движения.

Как мы видим, типовые размеры предусмотрены стандартом СЭВ в см. Но вот популярный журнал "Бурда моден"



Рост, см	Обхват груди, см															
	88	92	96	100	104	108	112	116	120	124	128	132	136			
	Объем бедер, см															
146 (143-149)	-	96	100	-	-	100	104	-	-	-	-	-	-	-	-	-
152 (149-155)	92	96	100	104	96	100	104	108	100	104	108	112	104	108	112	-
158 (155-161)	92	96	100	104	96	100	104	108	100	104	108	112	104	108	112	116
164 (161-167)	92	96	100	104	96	100	104	108	100	104	108	112	104	108	112	116
170 (167-173)	92	96	-	-	96	100	-	-	100	104	-	-	104	108	-	-
176 (173-179)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	104	-	-	-	108	-	-

Рис. 3.19

Возрастная группа	Рост	Обхват груди								
Ясельная (до 3 лет)	74	44	48							
	80	48	52							
	86	48	52							
	92		52							
Дошкольная (с 3 до 7 лет)	98		52							
	104		52	56						
	110		52	56	60					
	116			56	60					
Младшая школьная (с 7 до 11 лет)	122			60	64					
	128			60	64					
	134			60	64	68				
	140			64	68	72				
Старшая школьная (с 11 до 14,5 лет)	146			68	72	76				
	152			72	76	80				
	158			76	80					
	164				80					
Подростковая (с 14,5 до 18 лет)	152			84	88					
	158			84	88	92	96	100	104	
	164			84	88	92	96	100	104	108
	170			88	92	96	100	104	108	
	176				92	96	100			

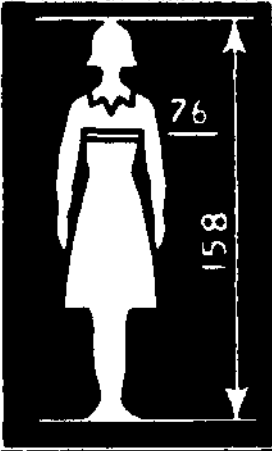


Рис. 3.20

Возрастная группа	Рост	Обхват груди							
Ясельная (до 3 лет)	74	44	48						
	80	48	52						
	86	48	52						
	92		52						
Дошкольная (с 3 до 7 лет)	98		52	56					
	104		52	56					
	110			56	60				
	116			56	60				
Младшая школьная (с 7 до 12 лет)	122			56	60	64			
	128			60	64	68			
	134			60	64	68	72		
	140			64	68	72			
Старшая школьная (с 12 до 15,5 лет)	146			68	72	76			
	152			68	72	76			
	158			72	76	80			
	164			76	80				
Подростковая (с 15,5 до 18 лет)	164			84	88				
	170			84	88	92	96	100	104
	176			84	88	92	96	100	104
	182			88	92	96	100	104	108
	188				92	96	100	104	108

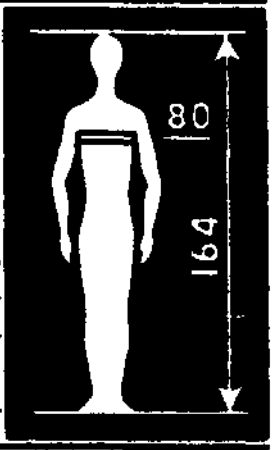


Рис. 3.21

пишет: *"Малейший нюанс, от которого зависит, как будет сидеть на человеке сшитый по данной выкройке костюм, должен быть отражен на ней с точностью до миллиметра"*. То есть в 10 раз точнее, чем это требуют стандартизаторы . . . Отсюда, видимо, и элегантность?

Если Вам- попадалась в руки линейка закройщика, то Вы не могли не обратить внимания на странные деления: их 100 на длине в 25 см. Каждый сантиметр содержит 4 таких деления, т.е. 1 деление = 2,5 мм. По сути это масштабная линейка для вычерчивания моделей одежды и выкроек в масштабе 1:4.

При раскрое материала некоторые закройщики используют ножницы с делениями в 0,5 см, представленным[^] -[^] *рис. 3.22*. Один из авторов "Маленьких хитростей" журнала "Наука и жизнь" (1976г., № 10) предложил способ разметки ткани готовой юбки в том случае, когда мода требует ее укоротить: пульверизатор с меловым раствором даст четкую линию отреза (*рис. 3.23*).

Но вернемся к обмерам человеческого тела в интересах индивидуального пошива, Руководствоваться выкройками журналов мод можно, только зная свои мерки. А именно (по *рис. 3.24*): 1. Обхват груди — измеряется по наиболее выступающим точкам груди; 2. Обхват талии — по вспомогательной ленте (например из репса) на талии; 3. Обхват бедер — горизонтально, по наиболее выступающим точкам ягодиц; 4. Высота груди — от самой высокой точки плеча (у основания шеи) до наиболее выступающей точки груди; 5. Длина переда до талии — от самой высокой точки плеча через максимально выступающую точку груди до нижнего края ленты на талии; 6. Длина спины — от седьмого шейного позвонка до нижнего края ленты на талии; 7. Длина плеча — от самой высокой точки плеча до сочленения плеча с рукой; 8. Длина рукава — при слегка согнутой в локте руке от сочленения плеча с рукой через локоть до запястья; 9. Обхват верхней части руки — горизонтально по самой широкой части; 10. Обхват шеи — у основания шеи; 11. Рост — от пола до верхней части головы.

Размер выкроек для блузок дается в журналах, как и для платьев и курток, по обхвату груди; размер женских брюк — по обхвату бедер. Размеры детской одежды даются по росту.

Размеры, приводимые в журнале "Бурда", отличаются от ранее принятых у нас для изделий массового пошива, да и от ныне принятых ростов по стандарту СЭВ. В табл. 21 приведены размеры "Бурда" для девочек, девушек и (при различии — в скобках) для мальчиков и юношей. Как Вы видите, размеры лежат в ряду 86, 92, 98, 104 . . . 176 и сов-

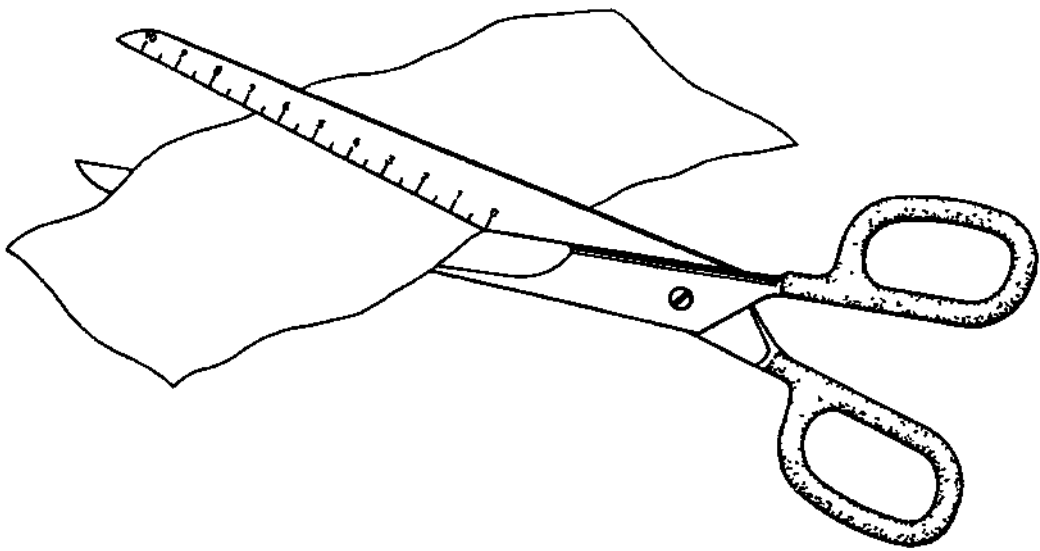


Рис. 3.22



Рис. 3.23

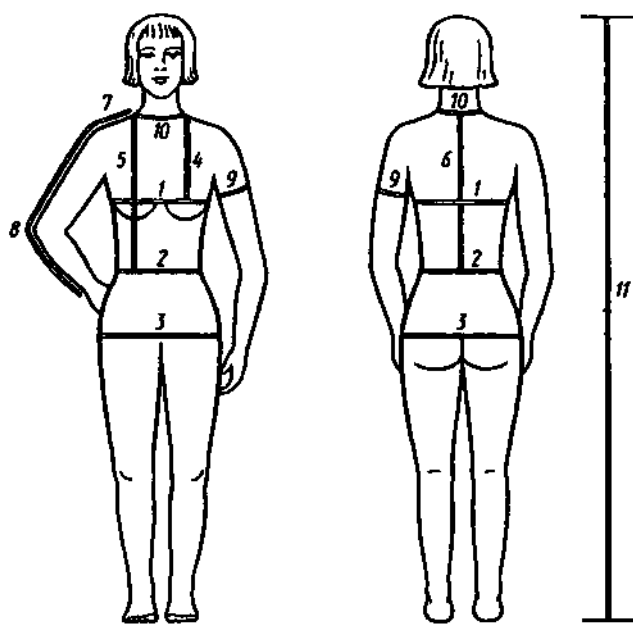


Рис. 3.24

Т а б л и ц а 21. Размеры "Бурда" для девочек, девушек (мальчиков, юношей)

Параметры	Размер (рост, см)															
	86	92	98	104	110	116	122	128	134	140	146	152	158	164	170	176
Обхват груди	55	56	57	58	59	60	62	64	66	68	72	76	80	84	88	92
Обхват талии	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	63	65	67	69	71	73
Обхват бедер	56	58	60	62	64	66	68	70	72	74	78	82	86	90	94	98
Длина спины	22	23	24	25	26,5	27,5	29	30	31,5	32,5	34	46	38	39,5	4,5	43,5
Длина рукава	28,5	31	33,5	36	38,5	41	43,5	46	48,5	51	53	55	57	59	61	63
Обхват шеи	25	25,5	26,5	27,5	28	29	29,5	30,5	31,5	32	33	33,5	34,5	35,5	(61,5)	(64)
															36	37
															(36,5)	(37,5)

падают с ростом в см. Для женщин в журнале "Бурда моден" принята другая система, например:

рост 160 см

Размер, усл. ед.	18	19	20	21	22	23	24	25	26
Обхват груди, см	84	88	92	96	100	104	110	116	122

рост 168 см

Размер, усл. ед.	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52
Объем груди, см	80	84	88	92	96	100	104	110	116	122

С 34 по 46 размеры "Бурда" соответствуют значению "рост по стандарту СЭВ, разделенному на 2, плюс 6 единиц" (например, $100/2 + 6 = 44$), в других случаях закономерность не улавливается. Мы помним, конечно, что "рост по стандарту СЭВ", разделенный пополам, соответствует ранее принятым ростам в нашей легкой промышленности.

На фабричных этикетках ("лейблах") имеются условные знаки, устанавливающие определенные нормы обращения с одеждой. Их полезно знать, нами эти знаки приведены на рис. 3,25. Расшифровка знаков следующая: 1а, 1б, 1в — химчистка не допускается; 2 — осторожно при химчистке (допускается чистка в уайт-спирите); 3 — допускается чистка в уайт-спирите; 4 — допускается чистка в перхлорэтилене и уайт-спирите; 5 — допускается чистка во всех растворителях; 6 — стирка запрещается; 7а и 7б — допускается стирка при 40° С; 8 — можно стирать при температуре не выше 60° С; 9 — не выше 95° С; 10 — применение хлоросодержащего отбеливателя запрещено; 11 — отбеливатель с хлором разрешен; 12 — запрещена паротепловая обработка; 13 — запрещено гладить; 14 — гладить при температуре не выше 140° С; 15 — гладить при температуре 90-120° С; 16 — гладить при температуре 100—130° С; 17 — гладить при температуре не выше 200° С; 18 — рбходиться без выкручивания; 19 — нельзя пользоваться стиральной машиной.

Подчас на этикетках можно обнаружить и знаки качества



Франции,



Японии,



СССР...

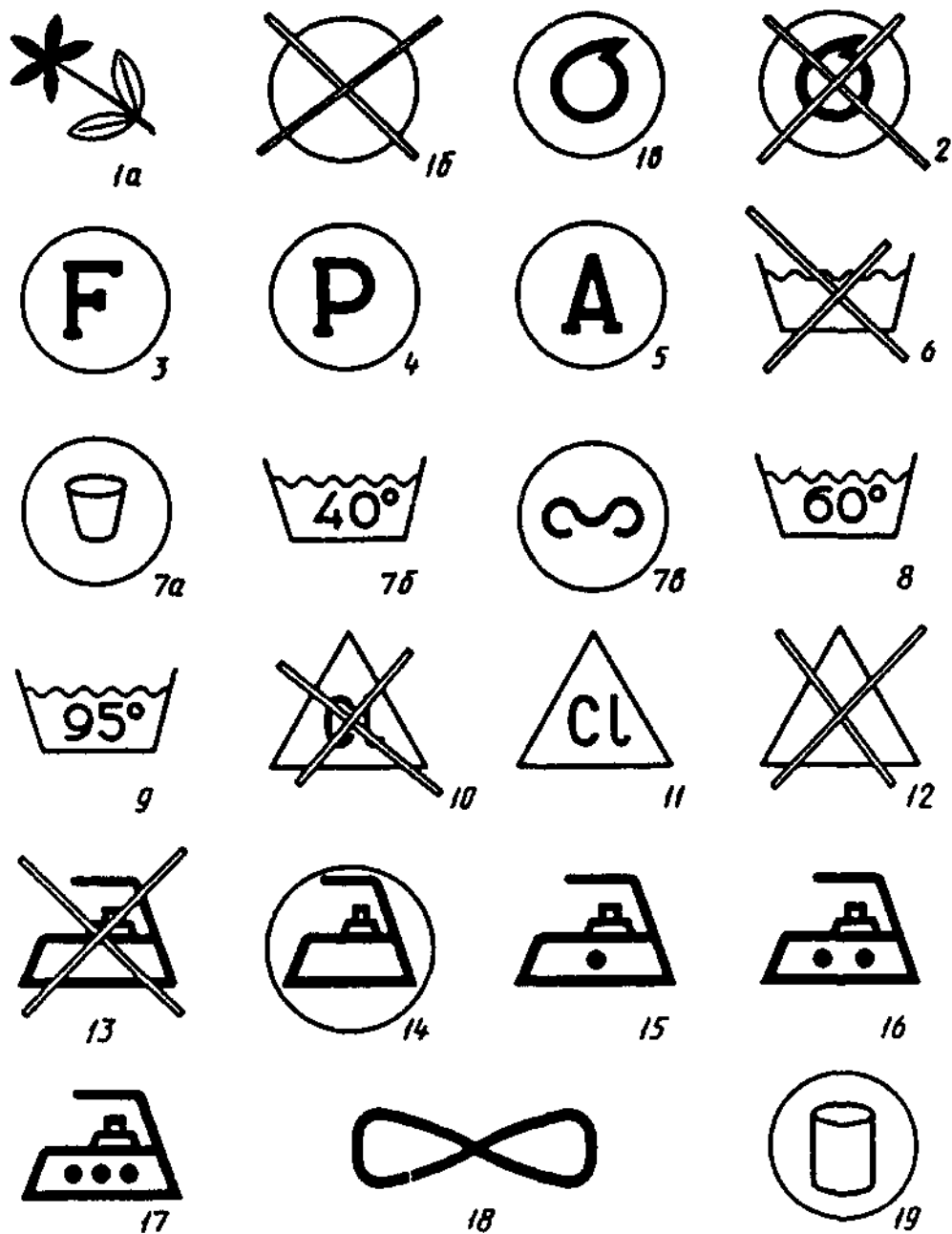


Рис. 3.25

В музее Федоскинской художественной артели лаковой живописи хранятся шкатулки работы дореволюционных мастеров, на которых можно увидеть до шести знаков качества! Да, Да! Знаки качества присуждались не единожды и на всю оставшуюся жизнь, а каждый год. Это миниатюрные золотом тисненые гербы российской империи . . .

Поговорим об обуви. О ней можно найти немало мудрых мыслей в трудах Кузьмы Петровича Пруткова. Ну, например: *воображение поэта, удрученного горем, подобно ноге, заключенной в новый сапог. Или — не ходи по косогору, сапоги стопчешь!* Последуем заветам моего духовного отца.

Нога, заключенная в новый сапог, не должна причинять Вам неприятности. Для этого научитесь правильно выбирать обувь. А о том, что мы этого не умеем, свидетельствует такой факт: среди москвичек в возрасте 20—29 лет почти половина имеет деформацию ног, среди москвичек в возрасте 50—59 лет таких несчастных уже 79,3%! А все злодейка мода. Диктат ее непоколебим. Но какие-то разумные пределы все-таки надо для себя установить. Задача обуви — защитить наши нижние конечности от непогоды и травм. Целесообразная обувь в наше время, конечно, не лапти с онучами, но и не лодочки с гвоздиком вместо каблука. Поидее^обувь должна иметь широкий, расширяющийся книзу на наружной стороне каблук высотой не более 4 см, прямой внутренний рант подошвы и крепкий задник, плотно охватывающий пятку. Наибольшая ширина должна приходиться на ступнопальцевые суставы, продольная линия должна проходить через второй (первый — это большой) палец. Между кончиком пальцев и носком обуви должно оставаться пространство в 0,5—1,5 см. Обувь не должна менять положения ни большого, ни маленького пальцев. Надо помнить, что стопа может увеличиваться в зависимости от положения всего тела в длине на 1,5 и в ширине на 1,7 см. Высота свода может уменьшиться на 1,3 см.

Основными характеристиками внутреннего размера и формы стопы являются ее *номер и полнота*. Ноги у людей разные, даже у одного и того же человека (правая нога несколько больше, поэтому примерку новой обуви следует проводить именно на нее). Ученые насчитали около 50 разных типов ног, а массовое производство обуви требует стандартизации размеров. Достигается это тем, что между номерами обуви установили интервал в 0,5 см.

В СССР с недавнего времени введена новая система измерения размеров обуви, в которой за номер принята длина стопы в см. Полнота обозначается буквой или цифрой (чем больше цифра или выше алфавитный порядок буквы, тем больше полнота обуви). Можно встретить еще и обувь, выпущенную по старому стандарту, да и старые люди все нарывают представить себе размеры обуви в старых единицах, даже не зная их названия. А в старой системе за номер обуви принималась длина следа колодки (стельки), выраженная в *штихах*. Один штих равен при этом $2/3$ см.

41 номер Вашего старого ботинка в нерастоптанном виде имел длину стельки в 41 штих или в 27,33 см. Неизбежные округления при переводе старых размеров в новые подчас приводят людей к покупке негодной для них обуви. Так что, будьте бдительны! И сообразительны. Воспользуйтесь табл. 22, в которой приведены новые и старые номера обуви.

Таблица 22. Номер обуви

Наименование обуви	Номера обуви	
	в см	в штихах
Пинетки	9-10	14-16
Гусарики	10,5-13	17-21
Малодетская	13,5-16,5	22-26
Детская	17-19	27-30
Школьная для девочек	19,5-21,5	31-34
Девичья	21,5-24	35-38
Школьная для мальчиков	19,5-22	31-34
Мальчишковая	22,5-24,5	35-38
Женская	21,5-27,5	33-41
Мужская	24,5-30,5	38-46

Надо признать, что размеры в см безусловно удобней, они легко проверяемы, в каждом доме есть линейка или "сантиметр", но вряд ли есть вещественное воспроизведение единицы "штих". Это только у старых сапожников можно еще найти "штих". Это только у старых сапожников можно еще найти прибор — *штихмасс* (нутромер) для обмера колодок и стопы,

На качество обуви, ее ассортимент переход на десятичную систему нумерации обуви, как мы убеждаемся на личном опыте, не повлиял. . . , Разговор об одежде и обуви стал для нас с Вами продолжением разговора о здоровье. Удобная одежда и обувь содействуют сохранению здоровья. Попутно одежда и обувь своей добротностью и красотой создают нам хорошее настроение, решают и другие задачи. Резонным остается вопрос Кузьмы Петровича: *Не будь портных, — скажи: как различил бы ты служебные ведомства? То-то!*

"НОТАБЕНЬКИ-3" (заметки для любознательных)

- Количество тепла, выделенного при окислении 1 г вещества, достаточно для оценки калорийности продуктов. Исследованиями установлено, что белки дают 4 ккал, жиры 9 ккал, а углеводы 3,75 ккал.
- △ Для организма необходимо белков животного происхождения не менее 50% от общего количества белков, Растительные масла должны составлять в рационе не менее 30% от общего количества жиров. Среднесуточная потребность в углеводах 400-500 г. Желательно, чтобы количество свободной жидкости в рационе не превышало 1,2-1,5 литра в сутки,
- Суточной нормой потребления молока для взрослого человека считается 0,5-0,6 л, а для детей и подростков - около 1 л.
- △ Несколько зерен риса, положенные в емкость, где хранится соль, защитят ее от воздействия влаги. Еще лучше предохраняет соль от влаги картофельный крахмал (8-10% от объема соли).
- Хрен следует хранить при температуре от минус 1 до плюс 1°C, предварительно пересыпав его сахарным песком. Хрен не темнеет, если его залить 3-5%

раствором уксуса. Засоленные овощи не будут плесневеть, если поверх них в открытой посуде положен нарезанный стружкой хрен.



Яйца в холодильнике нельзя хранить более 2 недель. Довольно долго можно хранить яйца вне холодильника, если смазать их тонким слоем сала или подсолнечного масла.



Если батон или буханку черствого хлеба обрызгать водой и поместить в духовку на 3-5 мин при 150-160°C, то они приобретут свойства свежего хлеба.



Ежегодно в СССР скапливается примерно 2 200 000 т черствого хлеба. Из них не более 500 000 т используются для приготовления блюд, а т 500 000 т скармливается скоту. Оставшиеся 200 000 000 кг можно отнести к прямым потерям...



Внедрение единых требований ГОСТа к металлическим (и деревянным) хлебницам привело к тому, что промышленность стала выпускать хлебницы, в которых хлеб остается свежим до 2-3 сут.



Хлеб дольше сохраняет вкус и запах, если в хлебнице хранится пакетик с ванилином.



Неутепленные окна и двери требуют дополнительно около 30% тепла.



На 20% снижается теплоотдача отопительных приборов при установке против них мебели или декоративных панелей.



Сбережение 1% топливно-энергетических ресурсов, используемых в быту, дает экономию примерно 3 млн. т условного топлива в год.



Когда человек пользуется колодезем, то его расход воды в сутки составляет 25-40 л. При устройстве водопровода с санузлом человек уже расходует 200-240 л воды в сутки.



Ниже мы приведем интересную табл. 23, составленную кандидатом экономических наук Ю.Р. Ходош: это количество пищевых веществ и калорий в продуктах в расчете на 1 руб., затраченный на их покупку ...



Размеры носков в СССР совпадают с размерами обуви в см.



Из синтетических волокон наибольшей пропускной способностью для ультрафиолетовых лучей обладает капрон (76%), наименьшей - лавсан (до 5%).



Единственный вид белья из синтетического материала, против которого не возражают гигиенисты - белье из хлорина.



Ширина обуви малышей на месте пальцев должна составлять не менее 40% длины ноги.



Хлопчатобумажные чулки и носки поглощают 5-7% влаги, а капроновые всего 1-2%.



Журнал "Наука и жизнь" (1989, № 9) сообщил о создании в Англии миниатюрного прибора для измерения содержания сахара в крови человека. Диабетики знают насколько затягиваются по времени эти анализы в наших поликлиниках. Здесь же результаты получают через 30 с по капле крови, нанесенной на слой фермента, которым покрыта микросхема. Фермент реагирует на сахар и развивает электрический потенциал, пропорциональный концентрации сахара в крови - мг сахара на 100 мл крови. Внешний вид прибора - шариковая авторучка с индикатором на жидких кристаллах.