

Ázni, fájni?

A TÉLI MUNKARUHÁZAT FONTOSSÁGA

Hauch Tamás

Sokszor hallottam már, hogy valakik azért is választják az asztalosszakmát, mivel a műhelyek oltalmat adnak a hidegtől és széltől, vagyis az időjárás viszonyosságaitól. Mi viszont tudjuk, hogy ez csak részben igaz. Sajnos olykor a nyári kánikula is lohasztja a munkakedvet, de a legrosszabb a hideg, taknyos idő.

S ne legyenek kétségeink afelől, hogy egy asztalos a kültérben is kénytelen létezni. Pakol, hoz-visz, szerel, közlekedik. Rohangál a furgon és az iroda, vagy az alapanyagboltok között. Az októbertől márciusig tartó, manapság elég szeszélyes időjárás kiváló alapot szolgáltat a felső légúti, illetve mozgásszervi megbetegedéseknek. Összefoglalva:

a nedves, ugyanakkor kis páratartalmú környezet jó táptalajt szolgáltat a megfázásnak. Nyilván „ép testben ép lélek”, s az immunrendszer karbantartása a legfontosabb, de ez a védelmi mechanizmus mit sem ér a hideg okozta diszkomfortérzést ellen. Fel kell öltözni rendszeren! Ha nem, akkor az ujjvégeink hideg okozta fájdalma és a romló finommotoros

képességek mind közrejátszhatnak, sőt, generálhatnak sérüléseket, melyek munkabalesetbe torkollhatnak. Ki ne élte volna meg a lefagyott lábfejek és az ujjakban keletkező fájdalmat munka közben egy-egy alkalommal... Ez a kor előrehaladtával sajnos csak rosszabb lesz. Régről tudjuk azt is, hogy rétegesen kell öltözködni...



Blaklader aláöltöző szett LIGHT 6810 1707 9985

” Már az óvodában belénk verték, hogy rétegesen kell öltözködni, mert akkor lesz mit levenni. Ez a klasszikus jégeralsó, atléta kombóval indul, s a pufajkával fejeződik be.

RÉTEGES ÖLTÖZKÖDÉS

Már az óvodában belénk verték, hogy rétegesen kell öltözködni, mert akkor lesz mit levenni. Ez a klasszikus jégeralsó, atléta kombóval indul, s a pufajkával fejeződik be. A bátrak az usánkától és az egyujjas bundakesztyűtől sem riadnak meg. Ez így valóban tartja a hőt, de a meleg helyiségből hidegbe, majd vissza meghozza a kellő hatást. Ez a klasszikus „melegen” öltözködés a folyamatos külső helyszínen működhet, de látni fogjuk, hogy ez sem ideális. Miről is van szó? Az emberi test felülete cirka két négyzetméter, ami folyamatosan 36 fok környékén sugározza a hőt. Az evolúció során a szőrzetünket ki így, ki úgy, de elvesztettük, ami pluszvédelmet adott több oldalról is. A bőrünk nemcsak az első védelmi zónája az immunrendszerünknek, hanem a hőháztartásunk fenntartásában is szerepet játszik. Az izzadás során a bőr felszínén lévő nedvességet a felmelegedett test elpárologtatja, ami hőt von el és visszaáll az optimális hőmérséklet. Ha az izzadság eltávozásához egyéb külső tényezők is közrejátszanak, akkor túl hirtelen csökken a test hőmérséklete és megfázhatunk, illetve érzékenyebb szerveink is károsodhatnak rövidebb-hosszabb időre.

A munkavégzés során a testünk felmelegszik, izzad. Mindezt a ruházat alatt. Ezt a nedvességet a



ruhák anyaga felveszi és a legtöbb esetben tárolja. Ez nem túl jó, mivel a testünk nem erre lett tervezve, hiszen az izzadás egy átmeneti állapot. A raktározott nedvességet is el kell párologtatnia, ami során elkezdünk fázni. Újfént felöltözünk. És kezdődik az egész előlről. Hozzá kell tenni, hogy a tartózkodási hely levegőjének páratartalma is ronthat a helyzeten.

A HELYES ÖLTÖZET KIVÁLASZTÁSA AZ ALÁÖLTÖZETNÉL KEZDŐDIK

A fő cél a második bőrünk (ami a munkaruha vagy egyéb öltözet) megfelelő megválasztása. Mivel különbség van a napszakok időjárása között is, ezért univerzális megoldásokra lesz szükségünk. Az első és legfontosabb az aláöltözék. Ez egy korszerű „jégeralsó”, ami többnyire szintetikus anyagból készül és segít a nedvesség elvezetésében, ezzel a hőháztartásunkat támogatva. Az aláöltözék lehet



Softshell munkásnadrág (X1500) 1500-2517-9900

kétrészes, vagy csak nadrág, vagy csak hosszú ujjú felső. Különleges szabása révén tökéletesen rásimul a testre, ezzel is hozzájárulva a jobb komfortérzethez. Sokan pont ezért ódzkodnak tőle, mert feszülő és mit szólnak, ha a „tekintély” nem marad takarásban? Nos, a testhez simulás a lényeg. A -10 C° és $+10\text{ C}^\circ$ közötti hőmérséklet-tartomány a leginkább problémás. Az aláöltözék itt működik a legjobban. Fontos, hogy az aláöltözék közvetlenül a bőrfelülettel érintkezzen, hiszen így tudja a nedvességet elvezetni. Én 15 éve kezdtem el erdészeti munkákhoz aláöltözéket viselni. Majd később hegymászáshoz is. Sokféle gyártót kipróbáltam és két éve találtam meg azt a svéd gyártót, ami eddig minden szempontból a



Kötött kardigán softshell betéttel (5940-2536-3799)



PILE pulóver (4770-2954-8900) hosszított mandzsettával és hüvelykujnyílással.



legjobban működik. Ezért hozom fel a Blakladert példaként.

A Blaklader pólója környakas kivitelű. A bokán és a csuklón erősített passzérész található. Különleges anyagának köszönhetően elvezeti az izzadságot a kritikus helyekről. A nagyobb felület gyorsabb párolgást eredményez, ezért szárazon és melegen tartja a testet.

Egyébként az aláöltözet elsöre fura viselet, mivel kicsit olyan érzetet kelt, mintha fáznánk benne. Ez azért van, mert működik a nedvesség elvezetése. Az izzadás lényegében folyamatos a test esetében, csak a mértéke nem jelentős nyugalmi helyzetben.

MUNKÁSNADRÁG

A jó munkásnadrág kényelmes, ellenálló, funkcionális és divatos. Az aláöltözék fölé többféle ruhadarabot választhatunk. A bélelt nadrág (átmeneti időszakban aláöltözék + béleletlen) régóta létező megoldás. Amennyiben nedves az időjárás, vagy ködös, esős, szeles idő várható, célszerű vízlepergető hatású softshell munkásnadrág viselése. Ez vízlepergető hatású, ugyanakkor

ellenáll a szélnek, viszont szintén segíti a koordinált átszellőzést.

A Blaklader X1500 sorozatba tartozó nadrágjai rendkívül ellenállóak. Szinte minden igénybevétel elviselésére alkalmasak, s közben a szövési technológiának köszönhetően biztosítják, hogy a pamut alapanyag a nadrág belső felén helyezkedjen el. Így magas viselési komfortot biztosít. Ez a komplex rendszer kiválóan alkalmas szeles és csapadékos időben egyaránt, mivel

szél- és vízálló. A felszereltsége és kialakítása is példás: telefontartó zseb, erős fémcipzár, sniccertartó, extra külső lengő zsebek, térdvédő behelyezésére alkalmas zsebek Cordura® anyagból. A nadrág szára háromszoros varrattal erősített. Szintén Cordura® erősítés található a nadrág szárainak találkozásánál, vagyis az ülepen. A legtöbb nadrág itt vérzik el idővel, de ezeknél a nadrágoknál az üleplyukadás gyakorlatilag kizárt. Zokni tekintetében



Humphrey Bogart az elhíresült fedora kalappal.

a hosszú szárú a javallott, illetve, ha sokat állunk, akkor ennek a kompressziós változata, amely a visszer kialakulását vagy jelenlétét hivatott visszaszorítani.

PÓLÓK, PULÓVEREK, KABÁTOK

A felsőtestünkön célszerű 3–4 rétegben gondolkodni. Ez lehet aláöltözék, póló, pulóver, kabát. Vagy a képletből elhagyhatjuk a pólót és egy polárfelsőt veszünk helyette. Ebben az esetben ez kiváltja a póló-pulóver párost.

A zárt pulóvereket kerüljük, hacsak nem lélegzőek. Jobb választás a kardigán, amely lényegében egy



Kitett, hideg és szeles időben a kámzsa is jó szolgálatot tehet.

” Sokféle fejfedő terjedt el a világban. Ez a kultúra, az éghajlat, az évszak és a stílus fura keveréke, mégis meghatározza a viselője karakterét.

cipzáros pulóver. Munkába a kapucnis megoldásokat javaslom. Az ok érthető. Pár perces rohangálásra egy hőszabályzó tulajdonságú kapucnis kardigán a legkényelmesebb, még kisebb esőben, havazásban is. Vannak, akik nem szeretik a sapkát, nekik a kapucni egy jó alternatíva. Az utolsó rétegünk a kabát. Ez azért izgalmas kérdés, mert a vastag pufajkával ellentétben a rétegrendet betartva már egy vékonyabb kabáttal is megfelelő védelmet kapunk a szélllel, a csapadékkal és a hideggel szemben. A nagy különbség, hogy a mozgásunkat kevésbé fogják a korszerű anyagok gátolni. Jó példa erre a Blaklader softshell dzsekije kapucnival (4749-2513-9933).

Ebben a vékonynak tűnő kabátban mindent megtalálunk, amit a felső réteg megkövetel. Sötét fényvisszaverők a vállon és a háton. Robosztus cipzárok, melyeket kesztyűben is könnyű működtetni. Polárbéléses gallér, levehető kapucni. A hosszított

derék rész védi a veséket a hidegtől minden testhelyzetben. A belső irattartó zseb és a belülről hegesztett varratok teszik tökéletessé ezt a dzsekit. A kabátot úgy fejlesztették ki, hogy maximális mozgásszabadságot kínáljon. Ehhez rugalmas, szél- és vízálló szövetet alkalmaztak.

A SAPKA

Sokféle fejfedő terjedt el a világban. Ez a kultúra, az éghajlat, az évszak és a stílus fura keveréke, mégis meghatározza a viselője karakterét. A hétköznapi életből a kalapok már kezdenek kikopni, bár sokan újra felfedezik ennek a ruhadarabnak a helyét az öltözködésben.

A Humphrey Bogart viselte fedora kalapokat is kezdik újra felfedezni. Mivel sem kémelhárítók, sem italozó magándetektívek nem vagyunk, ezért a karimás fejfedők kiesnek a pikszisből (megjegyzem, hogy az autentikus német ács viseleténél igenis fontos a karimás kalap).

Aki a baseballsapkák viselésére nem fogékony, annak a füles sapka jó választás lehet. Bár ezek inkább hideg, szeles időkben tesznek kiváló szolgálatot.

A jó munkaruházat olyan, mint amikor Trabantból Mercedesbe ülünk. Mindkettő elvisz A-ból B-be, csak a köztes élmény más. Kevés gyártó mondhatja el, hogy kényelmes, ellenálló, funkcionális és divatos ruhákat fejleszt. Pár évvel ezelőtt én sem értettem, mi lehet a különbség. Az a több mint fél évszázad, ami a Blaklader mögött van, s ami mindig valami pluszt jelent.

Ha nem is a svéd gyártót választjuk, a rétegrendet és az anyagfelhasználást, továbbá a funkciókat igyekezzünk szem előtt tartani. Ezzel sokkal komfortosabban tudunk dolgozni, amely azonfelül, hogy a hatékonyságot szolgálja, minimalizálja a baleseti és a megbetegedési kockázatot. Már ami az időjárással kapcsolatos. A hasítóék hiánya ellen nem véd! ■