

内衣、睡衣、家居服 板样 70 例



智海鑫 组织编写

NEIYI SHUIYI JIAJUFU BANYANG 70LI



化学工业出版社

内衣、睡衣、家居服 板样 70 例



智海鑫 组织编写



化学工业出版社

· 北京 ·

本书总共分为六章。第一章是关于服装量体的基础知识,包括文胸、内裤、骨衣的纸样放缩尺寸依据等;第二章是关于文胸的板样结构图例;第三章是关于女式内衣的板样结构图例;第四章是关于女式睡衣(家居服)的板样结构图例;第五章是男式内衣的板样结构图例;第六章主要是男式睡衣(家居服)的板样结构图例。

本书不仅适合服装设计、裁剪初学者及服装制板专业人士阅读,也适合服装制作业余爱好者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

内衣、睡衣、家居服板样70例/智海鑫组织编写. —北京:
化学工业出版社, 2015.9

ISBN 978-7-122-24893-0

I. ①内… II. ①智… III. ①服装样板 IV. ①TS941.631

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第185677号

责任编辑: 张 彦
责任校对: 宋 玮

装帧设计: 王晓宇

出版发行: 化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 刷: 北京云浩印刷有限责任公司
装 订: 三河市瞰发装订厂
787mm×1092mm 1/16 印张8 字数180千字 2016年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888(传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 25.00元

版权所有 违者必究

前言

FOREWORD

内衣的历史渊源流长。中国最早的内衣是肚兜，而文胸则诞生于公元十四世纪欧洲文艺复兴时期的贵族社会。当时，欧洲的贵族女性就已流行穿塑身内衣，并认为这种内衣能够引导身体的成长。此后，医学的发展又不断证实，合体、舒适的内衣，不仅仅具有遮羞、保暖和美化身材的作用，更有助于维持身体和皮肤的健康。

例如合体的文胸不仅能够为女性的胸部塑形，美化胸部，而且穿着舒适，不压迫胸部，能令气血顺畅运动，促进胸部的健康发展，大大降低了女性因文胸穿着不当损伤乳房，以及罹患乳腺小叶增生等多种乳房疾病的风险；棉质内衣不仅穿着舒适，并且具有吸汗、透气等特点，冬季穿着保暖，夏季穿着散热，有助于保持皮肤干燥清洁，维护皮肤健康，大大减少人体肌肤由于过度潮湿等因素罹患湿疹等某些皮肤病的风险。

所以，现代人对内衣的重视不亚于对外衣的重视。巨大的内衣消费市场无疑促进了服装内衣业的繁荣。

编者在近两三年比较流行的一些男女内衣、睡衣及家居服款式中，精选出 70 例荟萃结集，与读者分享。

本书总共分为六章。第一章是关于服装量体的基础知识，包括文胸、内裤、骨衣的纸样放缩尺寸依据等；第二章是关于文胸的板样结构图例；第三章是关于女式内衣的板样结构图例；第四章是关于女式睡衣（家居服）的板样结构图例；第五章是男式内衣的板样结构图例；第六章主要是男式睡衣（家居服）的板样结构图例。本书中出现的数字，除特殊标注外，均以厘米为单位。

本书内容丰富，实用性强，不仅适合服装初学者及服装制板人士阅读，也适合服装制作业余爱好者阅读。

本书在编写过程中，得到了众多专业人士的指点、支持，在此表示感谢。由于时间等因素，本书在编撰过程中，难免存在不足之处，肯请广大读者指正。

再次谢谢大家。

编者

第一章 服装量体基础知识..... 001

一、服装量体的基本方法	002
二、量体的注意事项	005
三、内衣尺码规格表	005
四、胸罩纸样放缩的尺寸依据	008
五、内裤纸样放缩的尺寸依据	009
六、骨衣纸样放缩的尺寸依据	009

第二章 文胸板样结构图例..... 011

哺乳文胸	012
抹胸式文胸	013
低鸡心上下拼文胸	014
低鸡心斜拼蝶形下扒文胸	015
高鸡心 T 形拼文胸	016
高鸡心左右拼文胸	017
连鸡心单层全罩杯	018
前系扣文胸	019
少女文胸	020
少女背心式无钢圈文胸	021
束身衣	022
运动文胸	023

第三章 女式内衣板样结构图例..... 024

比基尼式泳衣	025
分体式泳装	026
背心式束身衣	028
腰封	030
低腰平角裤	031
中腰三角裤	032

低腰三角裤	033
高腰长腿收胃裤	034
高腰三角收胃裤	036
女T字裤	038
吊袜带	039
一件式泳衣	040
孕妇内裤	041
中腰长腿提臀内裤	042
中腰平角收腹裤	043
女士生理裤	044
女士运动裤	045
女士保暖裤	046
女士双层保暖内衣	048
秋衣秋裤套装	049

第四章 女式睡衣（家居服）板样结构图例..... 051

蝙蝠袖两件套睡裙	052
长款睡裙	054
衬衫睡裙	056
吊带睡裙	058
短袖睡裙	060
工字（跨栏）背心睡裙	062
连袖睡裙	064
睡袍	066
七分袖毛巾布睡裙	068
中袖开襟睡裙	070
女式长款长袖套装（春秋款）	072
女式长袖纯棉睡衣套装（春秋款）	074
女式吊带背心套装（夏款）	076
女式翻领长袖套装（春秋款）	078
女式夹棉带帽套装（冬款）	080
女式青果领珊瑚绒套装（冬款）	082

女式圆领无袖背心套装(夏款)	084
女式中袖圆领开衫套装(夏款)	086
女式春秋家居服/睡衣套装	088
女式棉翻领睡衣套装	090

第五章 男式内衣板样结构图例..... 092

男式平角裤	093
一片式男式平角裤	094
男式三角裤	095
男式运动短裤	096
男式保暖裤	097
男式秋衣秋裤	098
男式保暖衣	100
男式夏季家居服套装	102

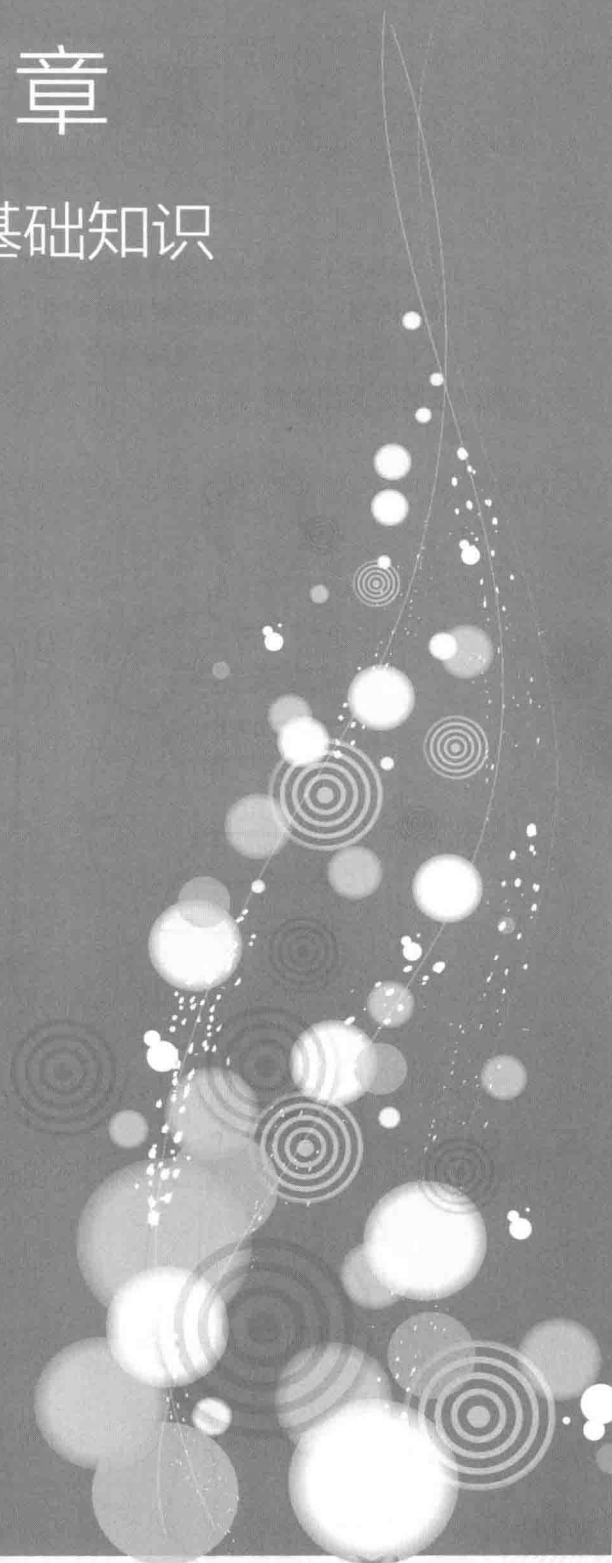
第六章 男式睡衣(家居服)板样结构图例..... 104

男式长袖翻领套装(春秋款)	105
男式长袖套头衫(春秋款)	106
男式青果领针织开衫套装(春秋款)	108
男式摇粒绒开衫套装(春秋款)	110
男式插肩袖套装(夏款)	112
男式无袖套装(夏款)	114
男式夹棉带帽套装(冬款)	116
男式珊瑚绒夹棉套装(冬款)	118
男式浴袍(冬款)	120

Chapter 1

第 一 章

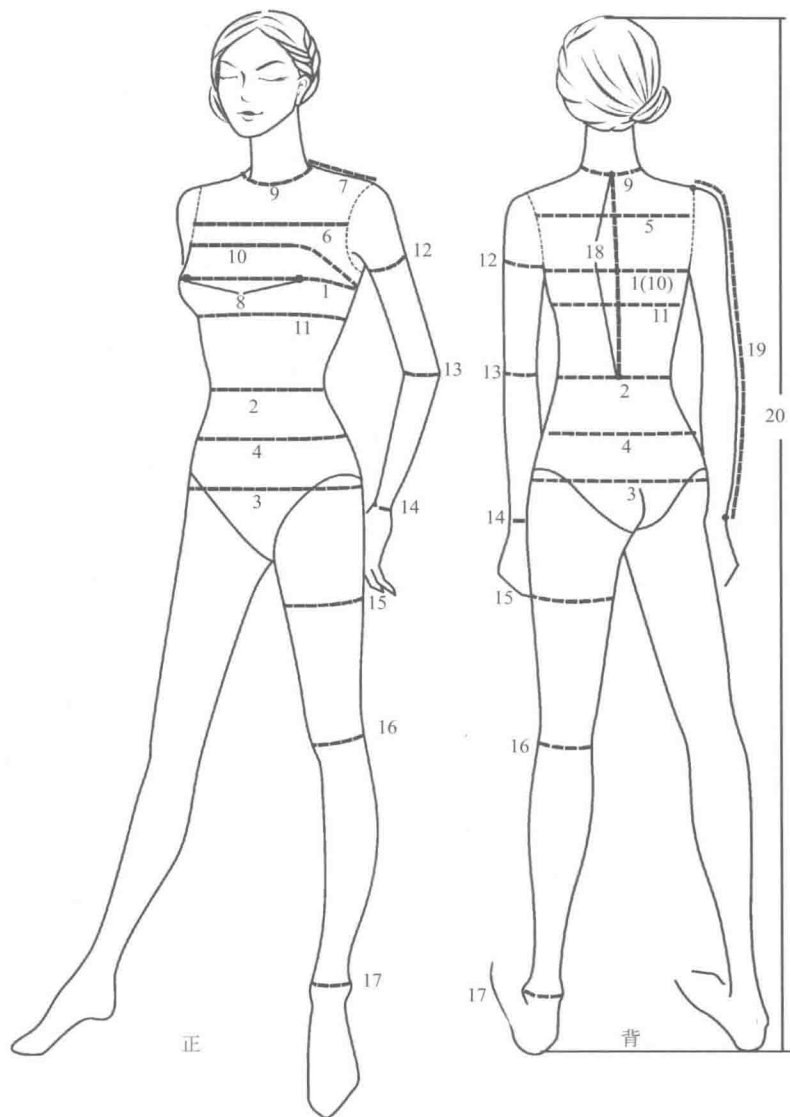
服装量体基础知识



一、服装量体的基本方法

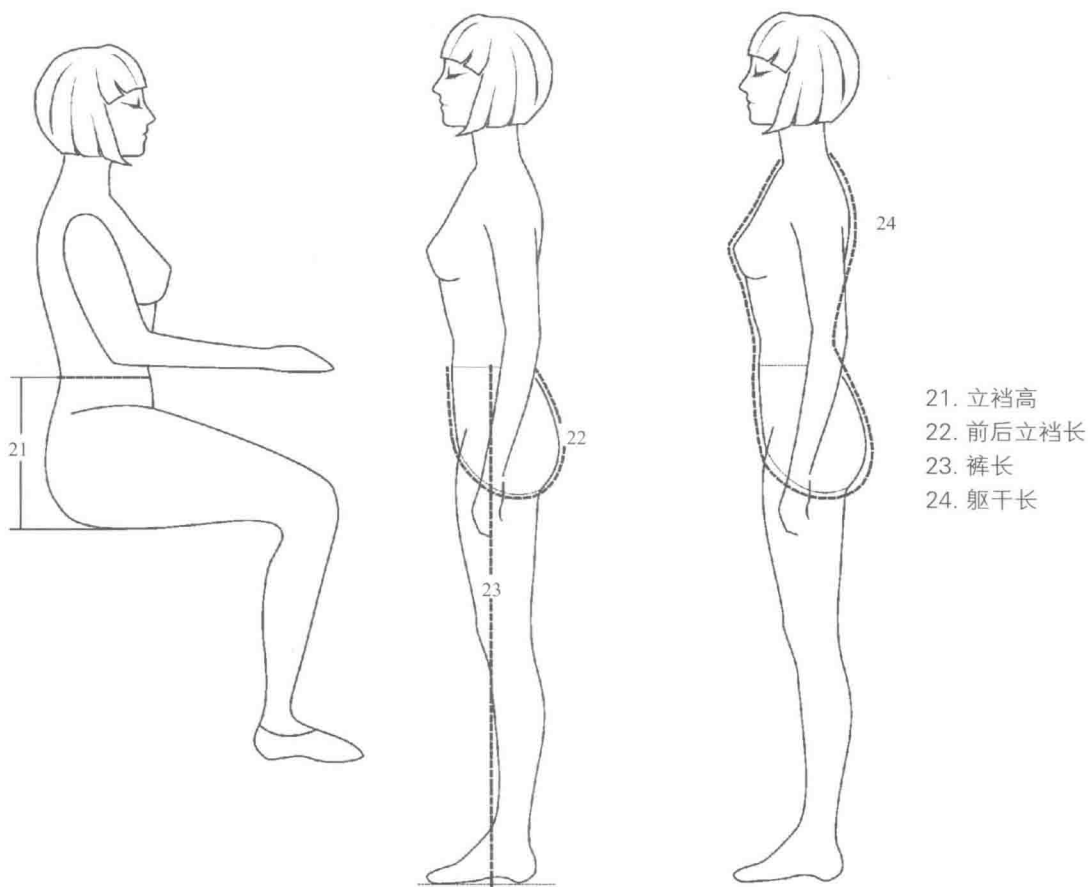
(1) 胸围：代表上衣类服装的“型”。量体时，在衬衫外，沿着腋下，绕过胸部最丰满处，水平围量一周，根据需要加放尺寸。

(2) 腰围：代表裤子类服装的“型”。量体时，在单裤外，沿着腰部最细处水平围量一周，根据需要加放尺寸。



人体测量部位

1. 胸围
2. 腰围
3. 臀围
4. 上臀围
5. 背宽
6. 胸宽
7. 肩宽
8. 乳间距
9. 颈根围
10. 腋下围
11. 乳下围
12. 上臂最大围
13. 肘围
14. 腕围
15. 大腿围
16. 膝围
17. 脚踝围
18. 背长
19. 袖长
20. 身高



- 21. 立裆高
- 22. 前后立裆长
- 23. 裤长
- 24. 躯干长

(3) 臀围：绕臀部最丰满处水平围量一周，根据需要加放松度。

(4) 上臀围：软尺在腰与臀的相接处（大约距离腰部10厘米处）水平围量一周。

(5) 背宽：测量背部左右后腋点之间的长度。

(6) 胸宽：测量前胸左右前腋点之间的长度。

(7) 肩宽：从后背左肩骨外端顶点，测量到右肩骨外端顶点（软尺在后背中央贴紧后脖根略成弧形）。根据需要加放量。如果服装的款式需要夸张，肩宽可以适当放宽。做灯笼袖款可以适当改窄。

(8) 乳间距：左右乳峰点之间的长度。

(9) 颈根围：以颈椎点为起点，经左、右颈根外侧点和颈窝点，量至起点的围长。

(10) 腋下围：软尺绕左右腋下水平围量一周。

(11) 乳下围：在乳房下端用皮尺水平围量一周。

(12) 上臂最大围：在上臂最粗的位置水平围量一周。

(13) 肘围：曲臂后，通过肘点水平围量一周。在紧身袖制图时，必须有这个尺寸。

(14) 腕围：通过手掌根水平围量一周。

(15) 大腿围：由臀沟下缘处的大腿根，水平围量一周，即裤子下裆往下1英寸（约2.54厘米）处的裤管的围度。

(16) 膝围：膝关节完全伸直，软尺在腓骨处水平围量一周。

(17) 脚踝围：软尺在脚踝最细部位水平围量一周。

(18) 背长：从后颈点到腰围线的垂直长度。

(19) 袖长：从左肩骨外端顶点，量至手的虎口，根据需要增减长度。

(20) 身高：代表服装的“号”，从头部顶点垂直量至脚跟处。

(21) 立裆高：从腰部最细处至大腿根部的尺寸。量体时，被测者端坐在椅上，测量从腰带中间至椅面的距离；或者被测者站立，测量从腰带中间至臀凹处的长度。立裆长度是裤子结构设计的重要依据。

(22) 前后立裆长：软尺在人体正面腰部最细处中点，垂直并绕胯下，至人体背面腰部最细处中点，围量一周。

(23) 裤长：身体直立，从腰围线经过膝部，垂直量至外脚踝骨处；或者从腰部左侧胯骨上端，向上4厘米处开始，往下量至脚跟减3厘米。

(24) 躯干长：从后颈骨到尾骨之间的距离。

在量体时，根据具体需要，其他的测量数据还有如下数据。

(25) 衣长：由前身左侧脖根处，经过胸部最高点，测量对需长度，一般量至手的虎口处。

(26) 袖口：即腕围，根据需要加放尺寸，还可以根据不同款式的需要，通过胸围比例法进行计算。

(27) 领大：沿喉骨下围量一周，根据需要加放尺寸。

(28) 腰节：一般体型可以根据总体高计算出来。特殊体型时，需要分别量取前后的腰节尺寸（在腰部最细处，用皮尺水平围量）。

(29) 上裆：从腰部右侧胯骨上端开始向上4厘米处，量至大腿根的距离。

(30) 肩宽：左右肩端点之间的长度，需要通过后颈点进行测量。

(31) 总长：从后颈点向下垂放皮尺，在腰围处轻轻按住，一直量到脚底。

(32) 后长：从侧颈点开始，经过肩胛骨，一直量到腰围线。

(33) 前长：从侧颈点开始，经过乳峰点，量到腰围线。

(34) 乳下垂：从侧颈点量到乳峰点间的长度。

(35) 腰高：从腰围线到臀围线之间的长度，需要在靠近侧缝的位置测量。

(36) 裆长：从股根部量到脚踝骨的距离。

(37) 肩袖长：从后颈点开始经过肩端点沿自然下垂的胳膊量到手根点。

(38) 手掌围：拇指轻轻向掌侧弯曲，通过拇指根水平围量一周。

(39) 头围：通过前额中央，耳朵的上方和后头部的突出部位水平围量一周。

(40) 膝长：从腰围线量到膝盖骨的垂直长度。

(41) 裙长：从腰围线量至需要的裙摆线位置的长度。

(42) 中臀围：在腰围与臀围中间的位置，水平测量一周。

(43) 臂根围（袖窿周长）：通过肩峰及腋下围量一周，在这个尺寸上加1/10左右的量可做为袖窿尺寸的基准。

二、量体的注意事项

(1) 在量体前, 先要仔细观察人体的整体及主要部位, 对体型和特殊部位做到心中有数。

(2) 量体时, 被量人需要站姿端正, 站立的姿势要自然, 自然呼吸, 不要做深呼吸。

(3) 在围量横度的时候, 皮尺既不要过松, 也不要过紧, 要松紧适度, 保持水平。

(4) 在围量胸围的时候, 被量人需要双臂垂直; 在围量腰围的时候, 一定要放松腰带。

(5) 如果在冬季做夏季服装, 或者在夏季做冬季服装, 那么在量体的时候, 需要根据顾客和要求, 适当缩小或者放大尺寸。

(6) 在量体的时候, 要注意仔细观察被量人的体型特征, 有特殊部位的一定要注意注明, 以备在裁剪时进行参考。

(7) 量体时, 不同的体型有不同的要求, 所以, 体型肥胖的人, 量体的尺寸不要过肥或者过瘦, 而体型消瘦的人, 在量体时尺寸要稍微宽松一点。

(8) 量体的时候, 一定要按照顺序进行测量, 以免遗漏重要的部位。

三、内衣尺码规格表

(1) 胸罩的型号和尺寸

一般来说, 胸罩的型号是由胸罩的尺寸和罩杯的尺寸两部分组合而成的。我们平常所说的女性胸围, 通常是指用软尺沿着女性的乳头水平围绕一周的长度。而胸罩的尺寸, 通常是指女性的下胸围, 也就是用软尺, 沿绕着女性的乳根水平围量一周的长度。罩杯的尺寸一般是指用女性的胸围减去下胸围的差数, 即: 罩杯尺寸 = 胸围 - 下胸围。

罩杯有A、B、C、D、E五种规格。如果胸围和下胸围之差数在10厘米左右, 为A罩杯; 如果胸围和下胸围之差数在13厘米左右, 为B罩杯; 如果胸围和下胸围之差数在15厘米左右, 为C罩杯; 如果胸围和下胸围之差数在18厘米左右, 为D罩杯; 如果胸围和下胸围之差数在20厘米左右, 为E罩杯。罩杯尺寸每2.5厘米为一级, 最小为7.5厘米, A罩杯10厘米, B罩杯12.5厘米, C罩杯15厘米, D罩杯17.5厘米, E罩杯20厘米。如果超过20厘米,

就属于特殊尺寸。胸罩尺码及罩杯尺寸见表 1 及表 2。

表 1 胸罩尺码一览表

下胸围/厘米	上胸围/厘米	国际尺码
68 ~ 72	80	70A
	83	70B
	85	70C
	88	70D
	90	70DD
73 ~ 77	85	75A
	88	75B
	90	75C
	93	75D
	95	75DD
78 ~ 82	98	75E
	90	80A
	93	80B
	95	80C
	98	80D
83 ~ 87	100	80DD
	103	80E
	95	85A
	98	85B
	100	85C
	103	85D
	105	85DD
	108	85E

续表

下胸围/厘米	上胸围/厘米	国际尺码
88 ~ 92	103	90B
	105	90C
	108	90D
	110	90DD
	113	90E

表2 胸罩罩杯尺寸一览表

罩杯型号	上、下胸围之差/厘米
AA	约7.5
A	约10
B	约12.5
C	约15
D	约17.5
E	约20

(2) 束裤尺码表（表3）

表3 束裤尺码表

尺码	身高/厘米	围度/厘米
M	150 ~ 160	85 ~ 93
L	150 ~ 165	90 ~ 98
XL	160 ~ 170	95 ~ 103

(3) 女式内裤标准尺码表（表4）

表4 女式内裤标准尺码表

号码	型号	腰围	臀围
S	150 ~ 155	55 ~ 61	80 ~ 86
M	155 ~ 160	61 ~ 67	85 ~ 93
L	160 ~ 165	67 ~ 73	90 ~ 98
XL	165 ~ 170	73 ~ 79	95 ~ 103

(4) 女式针织类内衣号码表 (表5)

表5 女式针织类内衣号码表

号数	S	M	L	XL	XXL
	85	90	95	100	105
胸围	81 ~ 89	86 ~ 94	91 ~ 99	96 ~ 104	101 ~ 109
身高	150 ~ 160	155 ~ 165	160 ~ 170	165 ~ 175	170 ~ 180
臀围	81 ~ 89	86 ~ 94	91 ~ 99	96 ~ 104	101 ~ 109

(5) 男士背心尺码对照表 (表6)

表6 男士背心尺码对照表

号型	165/90	170/95	175/100	180/105	185/110
身高/厘米	165 ~ 170	170 ~ 175	175 ~ 180	180 ~ 185	185 ~ 190
胸围/厘米	88 ~ 93	93 ~ 98	98 ~ 103	103 ~ 108	108 ~ 113

(6) 男士内裤尺码对照表 (表7)

表7 男士内裤尺码对照表

号型	165/80	170/85	175/90	180/95	185/100
腰围/厘米	77 ~ 82	82 ~ 87	87 ~ 92	92 ~ 97	97 ~ 102
臀围/厘米	87 ~ 91	92 ~ 96	97 ~ 100	100 ~ 103	103 ~ 106

四、胸罩纸样放缩的尺寸依据

在进行工业制板和推板的时候，在规格设计中的数值一定要具有科学性和专业性，要符合一定的标准，不然的话，就不能够制定出合理的样板，自然也不能够推出合理的系列板型。

(1) 下胸围：因为文胸的放缩是以下胸围作为基础，所以，根据胸罩的号型规格，下胸围的尺寸通常是以5厘米为一个档差，即70厘米、75厘米、80厘米、85厘米。但是，在实际进行放缩的时候，由于使用不同的面料，所以，实际上是以4cm作为一个档差。

(2) 杯宽：根据人体尺寸的增减，每一档的上胸围增加2.5厘米，而杯宽的档差实际上取1 ~ 1.2厘米。

(3) 杯骨：杯骨的推档，需要参照杯宽的尺寸。将杯宽和下胸围的档差综合起来考虑，杯骨的档差一般取1厘米。

(4) 杯高：根据人体的尺寸，下杯的档差通常是0.5厘米。通常情况下，上杯高的档差需要参考下杯高的档差，取0.3 ~ 0.5厘米。所以，杯高的档差通常取0.8 ~ 1厘米。

(5) 捆碗：一般来说，捆碗的推档是根据钢圈的外围尺寸来定的，它的档差和钢圈的档差是一样的，通常都是1.3厘米。

(6) 侧比高：根据钢圈的档差，侧比高的档差通常是0.5厘米。

另外，选择不同的钢圈，罩杯的尺寸的档差也会有一定的变化。

五、内裤纸样放缩的尺寸依据

(1) 围度：一般来说，内裤的腰围都是以臀围作为基础进行尺寸设定的，而且是以6 ~ 8厘米为一个档差。因为内裤的面料一般具有高弹性，所以，实际档差只需要取4 ~ 5厘米就可以了；至于前后裆宽，因为这个部位的尺寸比较小，没有实际的控寸意义，因此一般都是通码，平脚裤和束裤除外。

(2) 长度：内裤全裆长的档差实际上只取2厘米，因为底裆长不具有可分性，所以档差和长度档差全部加到前后中长值中，各取1厘米；由于侧缝一般没有实际的控制尺寸，所以通常都是通码，除了平脚裤和束裤以外。

另外，在平脚裤中，侧缝档差一般是1厘米，裤口档差也是1厘米。

六、骨衣纸样放缩的尺寸依据

(1) 下胸围：骨衣的放缩基本上和文胸的放缩是一样的，都是以下胸围线作为基础的。根据骨衣的规格尺寸，下胸围的尺寸也通常是以5厘米作为一个档差。不过，在进行实际放缩的时候，需要考虑到不同面料的特征，所以通常是取4厘米作为一个档差。面料弹力不同，下胸围的档差也不一样。面料弹力越强，下胸围的档差就减小；割肉料弹力较弱，

下胸围的档差就要适当增大。

(2) 罩杯：骨衣的罩杯的缩放和文胸的缩放是一样的，可以参照文胸的缩放进行操作。

(3) 长度：骨衣的长度的放缩主要根据钢圈的变化而变化。所以，需要参考钢圈的外长档差，侧比高的档差通常是0.5厘米，前中长档差一般是0.3厘米，后中档差一般忽略，取通码。衣身的堆放和带下扒文胸的下扒及比的堆放是一样的。

另外，在对骨衣纸样进行放缩时，要注意，不同的钢圈，衣身的长度也会随之变化。一种情况是罩杯不变，衣身变化。衣身的围度需要根据实际情况增大或者减小。围度的档差需要添加到后片中，并且按照比例进行分配。第二种情况是罩杯变，衣身围度不变。衣身围度总体尺寸不变，罩杯大小不变，但是罩杯内部的分割需要根据情况而变化。