



NU 品鉴系列丛书
ZHUANG PINJIAN

女装品鉴

时涛 宋岩 编著

- ◎ 追求时尚经典
- ◎ 品味绝美生活
- ◎ 鉴赏衣食住行
- ◎ 选用品藏指南




中国纺织出版社



NÜ 品鉴系列丛书
ZHUANG PINJIAN

女 装 口 印 鉴

时涛
宋岩
编著

 中国纺织出版社

内 容 提 要

本书展现了女士的 14 种特色服装：缱绻柔腻、盈盈一握的内衣，走在时尚前沿的泳装，象征神秘与希望的婚纱，风情女人的晚礼服，百年经典的旗袍，绽放野性与激情的牛仔服，动感青春时尚的运动装，随性自然的休闲装，五彩斑斓的孕妇装，轻舞飞扬、淡然灵动的裙装，潇洒利落的衬衫，优雅干练、韵味非常的风衣，奢华尊贵兼具时尚诱惑的皮草，风度温度并存、美丽性感同在的羽绒服。

每一种服装均从服装演变、分类、选购、搭配、洗涤、保养、品牌推荐各个方面做了详细的介绍，以诗化的言语向读者娓娓道来，其中也不乏一些精彩的历史小故事，并配以精美插图，让读者在轻松愉悦的氛围中感受时尚气息，掌握时尚规则。本书更侧重文化底蕴与流行元素的结合，以读者的生活助手的姿态出现，具有广泛的生活指导意义。

图书在版编目 (CIP) 数据

女装品鉴 / 时涛, 宋岩编著, —北京: 中国纺织出版社, 2010.1
(品鉴系列丛书)

ISBN 978-7-5064-6189-4

I. ①女… II. ①时… ②宋… III. ①女性—服饰—美学
IV. ① TS976.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 222098 号

策划编辑: 刘 磊 郭慧娟 责任编辑: 安茂华 责任校对: 余静雯

责任设计: 何 建 责任印制: 何 艳

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010—64168110 传真: 010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京画中画印刷有限公司印装 各地新华书店经销

2010 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 710 × 1000 1/16 印张: 17

字数: 261 千字 定价: 42.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

前言

服饰，从它诞生之日起就不像饮食那样出于维系生命的本能，也不像居所那样出于防身之必需，而是一开始就是一种带有浪漫色彩的文化创造。从一万八千年前山顶洞人的骨针，到基督教文化中亚当夏娃的无花果叶，人类就此开始了漫长的穿衣史。

早期，维多利亚时代的贵妇，身着紧身胸衣、大撑裙，还另加九件衣服和七八条裙子，若要外出还需加一件厚重的羊毛披肩和一顶插上羽毛、花朵、丝带及面纱的大帽子。据统计，体面的淑女至少背负 10 磅到 30 磅（1 磅 \approx 0.4536 千克）重的衣饰。在这时，服装的某些功能被畸形地夸张，“穿”衣的行为变得冗长而困难。然而，伊丽莎白一世那一件又一件的华贵衣袍仍是当时社会名流们追逐的目标。

事物的发展总是物极必反。经历了几千年的发展，人类终于厌倦了繁文缛节的“穿”衣，而开始了“脱”。就像节肢动物的蜕皮一般，原来的外衣被脱掉，曾经的内衣变成了外衣：服装造型愈来愈简洁，裙子下摆离地愈来愈远，没有蕾丝，没有丝带，简洁得近乎“贫寒”。原系法国军服的内衣——T 恤开了时装界“内衣外穿”风气之先河。世界上遮掩身体面积最小、揉成一团可装入一只火柴盒的泳衣——比基尼，曾被多个国家视为“瘟疫”，但丝毫没有影响到它成为今日时装界的宠儿，其欣赏价值和实用价值受到当今爱美人士





的肯定。当巴黎、米兰和纽约的时装大师再一次剪短上衣的下摆，使女士露出了肚脐时，舆论不再惊讶。简约主义风格为纷繁的世纪之末抹上了极淡极雅的一笔。

褪去繁华，拂去尘埃，穿也好，脱也罢，每个时期的穿衣风格，每种款式的衣服装束，都是一种文化的承载，一种意识观念的表现，更是一种对人体的尊重与敬仰。

缱绻柔腻、盈盈一握的内衣；时装界的宠儿泳装；神秘与神圣的婚纱；饶有风情的晚礼服；被视为东方经典的旗袍；绽放野性与激情的牛仔；动感青春时尚的运动装；随性自然的休闲装；五彩斑斓的孕妇装；轻舞飞扬淡然灵动的裙装；潇洒利落的衬衫；优雅干练韵味非常的风衣；奢华尊贵兼具时尚诱惑的皮草；风度温度并存美丽性感同在的羽绒服。每一款服饰都有其独特的历史渊源、选购窍门、搭配准则以及洗涤保养的不同要求，每一款也都有其独特的品牌推荐，这些内容架构成就了这本“穿衣指南”——《女装品鉴》。

流行元素中透出文化内涵，追求简约的同时远离反复的简单，通俗与诗化相结合，文字与图片相映照，读者从轻松愉悦的阅读氛围中感受到的是一种时尚气息，掌握的是一种时尚准则。

每件女装都是一道风景，只要精心选购，悉心呵护，正确配搭，都可以成为体现品位、张扬个性的美丽载体。不信？来这里试试看吧！

目录

CONTENTS

001 内衣 Brassiere 女人的贴身宠儿

内衣是这般美丽。它原本空无一物，继续柔腻的细丝，窄窄带，碎碎丝，盈盈一握而已。穿戴在女子身上，却陡然饱满，似玉液琼浆盛满杯，而且永无匮乏，将女性的曲线尽显无疑。

014 泳装 Swimwear 女人裸露的风情

世界上没有哪一款服饰能像泳装一样，在诞生近百载之后，不但没有过时的迹象，反而越来越年轻，越来越走在时尚的最前沿。身着泳装，最能体现女人的玲珑身材与内在美感。

030 婚纱 Wedding Gown 降落尘世的天使

礼堂钟声响起，新娘穿着婚纱，与新郎交换着婚姻的誓言，这是一个纯洁的证明，此刻的一切是这般神圣，这是她一生中最美丽的时刻，也是值得永久记忆的一天。

052 晚礼服 Evening Dress 性感女人的尤物

傍晚时分，着一袭华丽晚装的时髦女子们，乘坐马车奔赴各个时髦沙龙。摇曳及地的晚礼服式样，既高贵又优雅。这曾经是法国的一道风景，现在，晚礼服已不再是法国女人的专利，所有爱美的女性都有权利拥有一套属于自己的珍藏。





072

裙装 Skirt

轻舞飞扬的多彩精灵

不论怎样的女人,都有其独特的美丽。而一个聪明的女人,更是懂得如何将女性的魅力发挥到极致。能让自己显得最有女人味的打扮,无疑是身着裙装,青丝飘动,随风摇曳,回眸一笑,倾倒众生。

098

衬衫 Blouse

潇洒雅致的都市女人味

不论你是明星还是寻常百姓,每一个爱美的女士衣橱里都必不可少的一件单品就是衬衣。比起饕餮的华服,衬衫似乎显得很单薄,但它却是永远不会过时并且可以挑战任何气质、年龄的服装,也是职场女性的一张名片。

118

牛仔裤 Jeans

野性与激情的绽放

女人妩媚有晚礼,女人风韵有旗袍,女人曲线有内衣,而要迸发出野性与激情,那就要靠今天的主角——牛仔裤来装扮了。身着牛仔的女子,纵使不施粉黛,骨子里透出的也是不一样的野性美。

134

运动装 Sportswear

运动与时尚的完美结合

收窄腰身的上衣,改短的下摆,低腰的束腰运动裤,紧窄的大腿,小喇叭型的时尚花样,大行其道的粉嫩色彩,拼接的热衷,撞色的迷恋,各种青春元素的兼容,运动外套配雪纺纱裙,运动短裤配高跟鞋,这就是现代的女性运动装。





156

风衣 Windbreaker

优雅干练中的妩媚韵味

洒脱的风衣与女人的身影总是相吻合的,犹如风与树叶零落共舞的美丽,在裁剪合身、线条舒展的配合下,把身材包裹得无比完美,行走在秋风春雨的季节里。

172

休闲装 Casual Wear

随性自然的流行风向标

休闲装的魅力是人们在无拘无束、自由自在的休闲生活中穿着的服装。凡有别于严谨、庄重服装的,都可称为休闲装,它简洁自然,随意率性。穿着休闲装的女人,走过街头,总会成为一道靓丽的风景线。

188

皮草 Fur

奢华尊贵的诱惑

除了与生俱来抵挡不住的奢华姿态之外,从用料、设计到搭配上,都更加推崇年轻化、简约化的潮流,目的就是让传统意义上高贵奢华而遥不可及的皮草放下身段,离普通女人近一点,再近一点。

206

孕妇装 Maternity

风情万种孕味十足

有人说,女人两个时候最漂亮,一个是恋爱的时候,一个是怀孕的时候,因为这两个时期,女性的脸上总是充满幸福的气息和甜蜜的笑容。但是大腹便便的样子会纤腰不再,要想漂亮只得仰仗五彩缤纷的孕妇装了。





224

羽绒服 Down Coat

风度温度并存 美丽性感同在

羽绒服无论搭配裙装,还是搭配裤装都利落有型,穿脱自如令女人时刻都充满变化。时尚保暖又修身的羽绒服,再添点创意,就能使女人绽放一个冬季的魅力性感,拥有别样的韵味。

242

旗袍 Cheongsam

百年霓裳 婉约旗袍

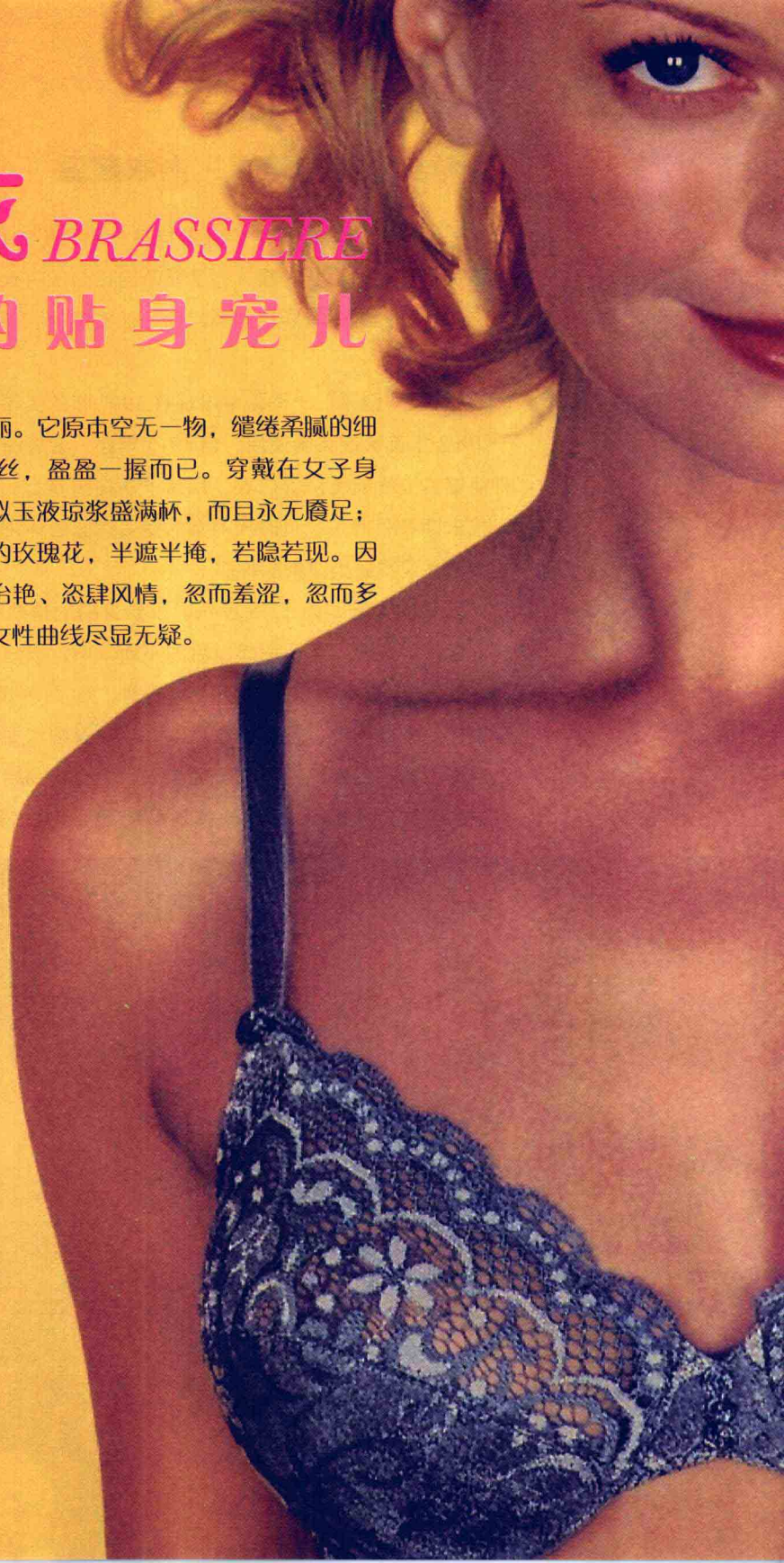
欣赏旗袍就如同品茗,它的内敛、幽香慢慢地让你沉醉、思量、回味。穿旗袍的女人有一种骨子里的女人味,迷人而独特。旗袍纤细合度的剪裁,令身材显得更为玲珑有致,走起路来摇曳生姿,款款前行,是那样心地清明、气色无瑕,回眸一瞬间,让我们忘了一切,沉迷其中。



内衣 *BRASSIERE*

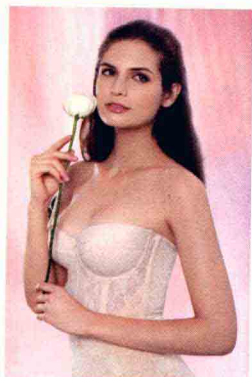
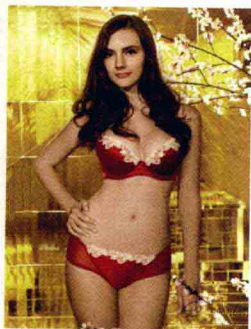
女人的贴身宠儿

内衣是这般美丽。它原市空无一物，缱绻柔腻的细丝，窄窄带，碎碎丝，盈盈一握而已。穿戴在女子身上，却陡然饱满，似玉液琼浆盛满杯，而且永无匮乏；又如开在玫瑰碗里的玫瑰花，半遮半掩，若隐若现。因为小，故而旖旎、冶艳、恣肆风情，忽而羞涩，忽而多情，将性感美丽的女性曲线尽显无疑。





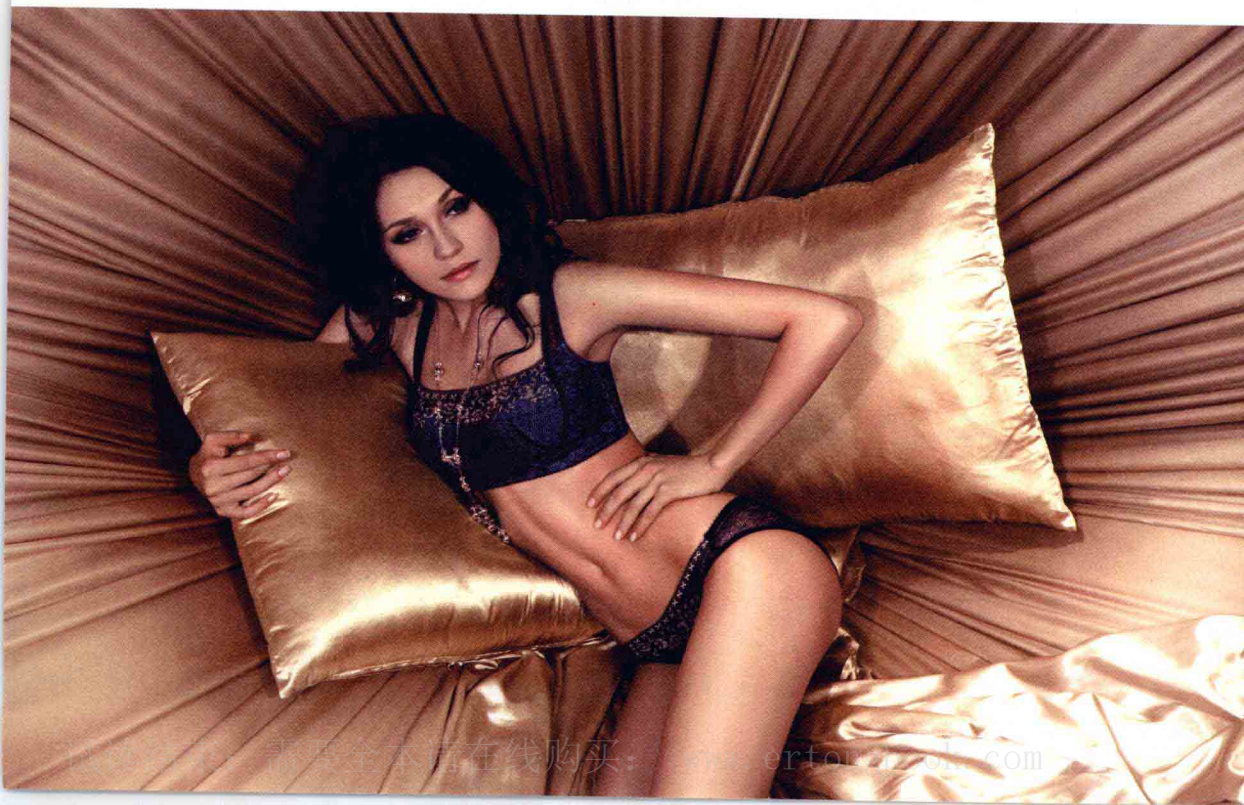
源自对美的追求：内衣起源



希腊半岛东南部有一个克里特岛。公元前 2500 年，岛上的女子不再满足于宽大的桶状衣服，为了显示自己凹凸有致的身材，她们用布料将胸部以下的身体紧紧地包裹起来，被支撑的胸部高高挺起。这就是最早的胸罩。

据说，“胸罩”一词最早出现在 1907 年的美国《时装》月刊上，并于 1908 年首次在英国使用。自 1913 年起，就有图片介绍胸罩，称是一种能够独立托起乳房的内衣，用带子吊在肩膀上。但由于维多利亚女王时代末期和爱德华七世时代对女性完美体态的传统观念十分顽固，新生的胸罩并没得到大范围的推广。

现代的文胸则始于 18 世纪，以紧身搭的样式让女人保持曼妙的体态，但因舒适度不足而引起以后的不断改革，被分割为上下两件（束衣和束裤），以避免乳房受到挤压和下垂。到了 19 世纪 30 年代，第一件有罩杯的胸罩问世，这种胸罩可以有效地保护和支撑女性的胸部，因而受到许多女性的青睐。而胸罩的惊人款式变化则始于 20 世纪 80 年代。胸罩的英文名是 Brassiere，也就是今天我们通常简称的 bra。



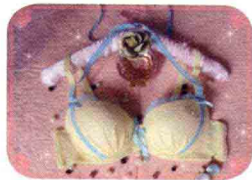


内衣作用

内衣是女人的闺中密友。女人身体的各种小情况、体形的小缺陷，只有体贴的内衣最为清楚，并竭力帮它的主人解决与校正，它是女人最“贴心”的伙伴，是女人最亲近的“伴侣”。穿内衣的好处很多：

- 胸罩能起到支持和扶托乳房的作用，有利于乳房的血液循环。
- 胸罩能保护乳头免受擦伤，不致碰痛。
- 胸罩能保护乳房，避免下垂。
- 胸罩能减轻乳房在运动和奔跑时的颤动。
- 胸罩在寒冷天气还能保暖，防止寒风的侵入。
- 胸罩对产妇来讲，不仅能使乳汁量增多，而且还可避免乳汁淤积而得乳腺炎。

除了这些基本的作用，现代内衣越来越具备装饰品的功能，能体现出女性所特有的曲线美。如今的内衣，尤其是基础衣，其塑身的功能尤为突出。现代会装扮自己的女性十分重视内衣。穿上高雅的内衣，表现身体玲珑的曲线美及独特的品味，已成为展现女性魅力不可缺少的秘密武器。女性的内衣可以若隐若现地展现出玲珑的曲线，幻化出一种说不出的性感，成为女性化的象征。



据统计，女性拥有比较完美体形的只有5%，难以矫正的体形也只有5%，剩下90%的女性体形虽不完美，但可以通过选择与身体相适应的内衣进行调整，使其趋于完美。



内衣选购

根据不同的胸型，选购不同类型的胸罩。

胸部扁平、外散型——胸部扁平、扩散所造成的外溢是有很多原因的，除天生之外，有些是因为长时间不穿胸罩，使胸部任意游走，从而形成胸部外溢。此类女性宜选用集中型的文胸，也就是3/4罩杯的文胸，它能使胸部集中，衬托出挺拔的曲线。

胸部下垂型——此种类型的女性最宜选择全罩杯文胸，因为全罩杯文胸，有能力将下垂的胸部衬托起来。

胸部娇小型——市场上有许多健胸款式可供选择，例如有按摩型文胸、有促进血液循环的微元素非织造布文胸，它们对健胸都有一定的作用。另外还可选择定型罩杯文胸，它们都比较适合娇小胸部的的女性。

乳房丰满型——文胸最好选深罩杯和3/4型、4/4型，宽肩带、加钢丝托，有利于丰胸的造型。1/2罩杯往往承托不住丰满的乳房，很容易



出现乳房上溢，松松垮垮。

合适的胸罩可以保护乳房，避免乳房过度下垂，在显示女性的美态中起烘托作用，若胸罩不合适也会给身体带来痛苦。因此女性朋友选购胸罩时，一定要注意大小适中，穿戴不宜过紧或过于狭窄，并注意经常活动上肢，在肩部的位置移动吊带。



内衣合理搭配

一个人的服饰品位与格调是其道德情操、审美情趣、受教育程度以及自觉自律能力的标志。所以，在传统的礼仪文化中，内衣搭配的问题绝不是一个小问题，应该受到相当的重视。

女性姐妹们在正式场合一定要注意内衣与外衣的搭配。选择外衣时要考虑避免内衣外泄的问题。比如，腰身不能过短；裙长下摆不能过高，否则当站在高处或者坐着的时候就可能露底；上衣开领不要太低，否则容易走光哦。如果外衣颜色很浅，那么内衣的颜色不能选择深色，可以选择白色或肉色。

内衣洗涤

对一般衣物而言，洗涤即是去污，但对内衣而言却不仅仅如此，洗涤内衣的同时必须注意到：不伤质料，不褪色，不变形。

内衣清洗要用温水，用手轻揉，不可以用力搓，最好不用洗衣机清洗，尤其是带有细致的蕾丝花边或含软圈的更要用手洗净。如果使用洗衣机，就一定要放入洗衣袋内洗涤。避免与外衣共洗，以致造成不洁；或与深色衣物混在一起，以致造成染色。用洗衣粉会有刺激性，可用肥皂，适量使用洗涤剂，过多的洗涤剂会给内衣质料带来损伤，绝对禁止使用漂白剂等碱性重的洗涤剂，避免内衣变霉及变色。

内衣再脏也不能用小刷子刷，只需利用内衣自身轻度摩擦，即可完全去除污渍。洗完后，用开水泡十多分钟杀菌消毒。内衣禁止长时间浸泡，需要充分冲水，马上洗好，因为残留在内衣上的洗涤剂容易造成变色，所以要养成马上洗好洗净的习惯。





内衣一定要勤洗、勤换。一般情况下，内衣是两天内必须换一次，内裤就需要天天换了。勤换内衣内裤，能避免病菌的侵袭，也能避免异味的出现，即便在公共场合也不会遭遇尴尬。

内衣晾晒

内衣晾晒前，最好做一下手动整形，将罩杯先整理一下，不能拉长或卷曲，否则容易变形。

晾晒内衣时，应将内衣抚平褶皱后倒挂在衣架上晾起，将肩带、罩杯形状整理好，使表面朝外，但不能暴晒，倒挂在衣架上或平摊在阴凉处自然风干。晾晒时避免太阳光的直接照射以免变黄或褪色，且日晒易导致衣物变质、变黄，令其使用寿命缩短。

内衣收藏

长时间保存收藏内衣时，可以将它们一件件仔细叠起，无钢圈文胸可将罩杯与罩杯互折；有钢圈的文胸则不要对折，要平放，扣好背扣，将肩带纳入罩杯中（活动肩带可直接取下放入罩杯中，一并收存），用手将罩杯整好形，只要不破坏原来的胸形即可。在收放内衣时，建议与其他衣服分开独立存放，并且不要忘记放入一些除湿剂或干燥剂。



内衣使用期

如果正确穿戴、清洗内衣，那么一件内衣可以穿得时间长一点，大概一年到一年半；如果不好好保护，通常是三到六个月就不行了。

任何物品的使用寿命都是有限的，内衣在穿、洗、晾、收的过程中会逐渐失去原来的功能，弹性也会降低，钢丝会扭曲变形，内衣的颜色会变黄。失去功用的内衣不管织物还有多好，也已经失去了生命力，它已经不能帮助你修正体型，更有甚者还会起到反作用。文胸的生命力在于它的底边，假如底边松弛，就应该放弃了，底托不平会慢慢地造成两个乳房不对称的后果。





选择胸罩的大小尺寸，要与胸围相符。这样，戴上后才感到舒适。胸罩太大，起不到支托乳房的作用；太小会压迫乳房，既感到不舒服，又会妨碍乳房发育。

穿着内衣注意事项

每位女性，从乳房基本定型时开始，应该养成每天戴胸罩的习惯。这样，不但有助于健美，还有利于乳房的健康和保养。

但是，穿戴胸罩每天应不超过 12 小时。有不少女性晚上喜欢戴着胸罩睡觉，以为这样就能保持胸部健美。其实这样是极为有害的。胸部淋巴系统发达，内衣束缚可能导致淋巴系统循环受阻，所以在夜间应尽可能去掉胸罩睡眠。在家不出门或不迎接客人时，也可以考虑少用，这样可以解除或缓解其对胸部的束缚。

每次摘掉胸罩后记得按摩一下乳房，以便该部位的淋巴系统恢复正常。一定要牢牢记住 12 小时这个极限！平常只要不是在公共场合，就尽量让胸部放松，以保证淋巴液排出。

女性经期最好别穿紧身衣。过度束身不仅会影响血液循环，影响呼吸、消化功能，还会产生妇科疾病。过度束身易使经血流出不畅，而且在脱穿时还会使盆腔压力突变，造成经血逆流，出现经期腰疼、腹痛症状。另外，过度紧身的衣服会造成一些病菌繁殖和入





内衣肩带下滑是MM们经常遭遇的尴尬，那么如何防止肩带下滑呢？首先，适当把肩带调紧；其次，走路时要挺胸、收腹，肩膀不要收拢、前倾；还是不行的话，可以考虑把肩带放长，让其在背后交叉，其实这就是变相地收紧，对于防止肩带下滑很有效果，MM们不妨试一试哦！

侵，造成外阴阴道炎。所以，应尽量穿些纯棉、透气性好、稍宽松的內衣，并且勤换洗，保持干爽与卫生。

♥♥ 爱心小贴士

★ 内衣太时尚，健康打折扣

走在街头，穿吊带衫的女性随处可见。她们在內衣上花的心思可不少：为了不与吊带衫的吊带冲突，胸罩的棉质肩带被换成了透明的塑料肩带；为了凸显丰满的乳房和乳沟，换上魔术胸罩，原本的A罩杯在內垫的衬托下，就变成了B罩杯甚至C罩杯；用束身衣遮掩腰腹的赘肉，虽然穿起来不舒服，为了漂亮受一点捆绑束缚之罪又算什么呢？殊不知，问题由此产生。

塑料肩带不贴身，肩颈酸痛随之而来。花一两元钱就能在地摊上买回的塑料肩带，与棉质肩带相比质量当然要差得多。穿上不是松垮垮，就是紧得要勒进皮肉！时间长了，乳房下垂变形不说，还可能引起肩颈酸痛。长期戴着细而紧的肩带，会增加肩颈部的压力，特别是对上围丰满的女性而言，甚至可引起颈椎劳损。

胸罩太紧影响乳腺功能和呼吸系统。很多女人为了让乳房显得丰满挺，经常选择小一点的胸罩、加了內垫的魔术胸罩或是束身衣，但却为此付出了惨痛的代价。胸罩小了，多余的脂肪受压就会移位到手臂、肩膀、腋下等部位，造成上臂肥胖、乳房变形。故意挤压垫高乳房对乳腺功能也有影响，乳腺的腺管、腺体受到压迫后造成吸收不好，可能导致乳腺结节或乳腺炎，孕妇、哺乳期妇女尤其要注意。束身衣对乳房发育影响更大，

可限制青春期少女乳房正常发育而导致乳腺功能退化。另外，穿紧束上衣还会明显降低心脏泵血功能、肺脏呼吸功能，引起呼吸困难、头晕等不适症状。

