

穿得漂亮有奥妙

● 主编：弘 韬

为您服务丛书



穿得漂亮有奥妙

中国工人出版社

(京)新登字 145 号

穿得漂亮有奥妙

弘韬 主编

出版发行: 中国工人出版社(北京安外六铺炕)

经销: 甘肃省新华书店

印刷: 宁夏中卫印刷厂印刷

开本: 787×1092毫米/32

印张: 5

印数: 10100册—15150册

版次: 1992年1月第一版

1992年4月宁夏第二次印刷

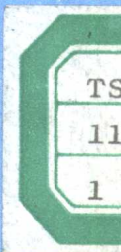
书号: ISBN 7-5008-0990-5/Z·77

定价: 2.4元

责任编辑：申国良
封面设计：张 华



ISBN 7 — 5008 — 0990 — 5 / Z · 77 定价：2.



为您服务丛书编委会

主编 弘 韬

编委	李绍祖	俞学渊	陆 克	董克林
	李润淑	魏兰英	俞丽华	李 萍
	顾世林	姚 馨	李修安	舒 月
	余三水	钱书华	林广际	杨畅棣
	谭艾青	杨 丽	李 硕	郝文亭

目 录

青年人如何打扮才美.....	1
现代女性的五种打扮风格.....	2
穿旧衣服如何打扮.....	2
衣着穿戴因人而异.....	3
会使你增高的穿衣法.....	4
家庭套装的乐趣.....	5
衣料的质感美.....	7
穿着的色彩美.....	8
时装的造型美.....	9
服装的和谐美	10
朦胧装和朦胧美	11
超短裙与型体美	11
编织服装的装饰美	12

男子服装应体现阳刚之美	13
热恋女性的着装颜色	14
夫妻着装的协调与美	15
你穿什么样的衣服合适	19
手套、帽子、提包的配用	20
配饰使你仪表生辉	21
肤色与服装色彩	23
时装与化妆的色彩搭配	24
圆点时装气息清新	25
衣着与情绪	26
衣着也能引起疾病	26
有益健康的衣料	28
新颖奇趣的保健衣服	29
穿牛仔褲有什么危害	30
腹帶弊多利少	31
胖人穿衣五忌	32
男子着裝十忌	33
中年婦女穿着十忌	33
穿西裝的美學	34
穿西裝怎樣與衬衣、領帶組合	34
婦女怎樣穿西裝	35
怎樣打領帶	36
系領帶要用領帶卡	37
怎樣戴頭巾	37
夏日納涼宜穿什麼樣的服裝	38
傳統女裝——旗袍	39

怎样穿牛仔褲	40
睡衣为什么受到青睐	41
怎样调节冬装的色彩	42
服装搭配艺术	42
姑娘的体型与夏装	43
男子汉的衣着配色	44
发型要和服装相配	45
脸型与领式	46
各种身型的打扮法	47
体态丰满的女性如何穿衣才有风韵	48
掩饰男子肩窄的服装	49
掩盖女子体形矮胖或短颈的服装	49
掩盖女子胸部扁平 and 体形过瘦的服装	50
腿短的人怎样选购服装	50
体型不美如何着裙装	51
上下身衣服怎样配套穿才美	54
不同场合的服装穿着	55
服装号型的选择	56
选购服装怎样靠档	56
胸罩规格如何推算	57
如何正确选戴乳罩	57
服装面料的计算	58
怎样选配服装纽扣	60
怎样识别各种皮革	61
怎样用燃烧法鉴别纺织纤维品的种类	61
服装面料成份鉴别	62

怎样为婴幼儿选择衣料	63
秋冬季节选什么衣料好	64
怎样选择夏季衣料	65
怎样挑选棉絮	66
怎样选购毛线	66
九种花色绒线的选购	67
如何选择呢绒产品	68
怎样选择衬裙	70
裙子图案的选择	71
寒冷天不要穿裙子	72
怎样选择棉毛衫裤	73
怎样选购合身的内衣	73
怎样选健美裤	74
选穿什么样的牛仔裤最佳	74
风衣的选择	76
怎样挑选和保养真丝绣衣	77
妇女选购夏服须知	78
山羊皮服装的选择与保养	78
哪些布料做内衣好	80
特殊体型与服装选制	80
丝绸服装不易裁剪怎么办	81
怎样把裤子的裆做合体	82
学做手绘时装	83
全毛绒线衣容易起球粘并怎么办	84
穿衣、洗衣和晒衣	85
哪些衣物不宜曝晒	87

为什么夜间不要在露天晾衣服	87
去掉羽绒服白色皂圈的方法	88
怎样防止白衬衣发黄	88
巧用肥皂	89
洗涤剂的选用	89
丝绸服装的洗熨	90
真丝绸衣服的洗涤和收藏	91
怎样洗内衣	92
怎样洗涤羊毛衫	92
洗涤毛织品要注意什么	93
怎样熨烫织物	93
怎样漂白织物	94
皮夹克的洗涤方法	94
怎样洗皮夹克的衬里	95
怎样湿洗毛料衣服	95
领带洗熨方法	96
怎样熨烫好衣服	96
怎样收藏夏衣	97
怎样穿着和保管羽绒衣	98
怎样保养羊毛衫、腈纶衫	99
毛料衣服的保管	100
怎样收藏皮衣、毛衣	101
怎样鉴别鞋是猪皮还是牛皮做的	101
穿用皮鞋五忌	102
穿鞋与健康	103
穿尖头皮鞋会引起“鸡眼”	105

高筒皮靴不宜久穿·····	105
怎样解决皮鞋“烧脚”的问题·····	106
鞋跟的高度以多少为宜·····	107
穿高跟鞋如何走路·····	108
如何选择跑步鞋·····	110
怎样保养皮鞋、皮靴·····	110
皮鞋褪色或返硝怎么办·····	111
皮鞋容易变形、开裂、生霉怎么办·····	112
儿童穿什么样的鞋合适·····	113
如何识别袜子·····	114
夏季穿什么袜子好·····	115
袜子与脚的保健·····	116
穿长统弹力袜可防下肢静脉曲张·····	117
怎样洗帽子·····	118
彩蝶纷飞生活更美·····	119
脸型与发型·····	119
年轻姑娘适合哪些发型·····	121
头发怎样削层次·····	122
怎样梳剪直线条发型·····	123
怎样防止头发脱落·····	124
怎样使头发乌黑发亮·····	124
眼镜架与脸型美·····	125
怎样使妆容完美自然·····	126
艳妆浓抹害无穷·····	128
怎样利用化妆扬长避短·····	129
化妆与服装风格·····	130

青年人如何打扮才美

1. 要体现造型美

造型主要指衣服的款式设计。时装的款式千姿百态,变化无穷,但总意图是显示人体的美,或者通过款式的设计来弥补人体比例的不匀称,使人体看上去更接近完善的比例美。在服装造型中,线条的应用和处理至关重要。胖型者适当增加竖线条,看起来显得挺拔俊秀些;瘦型者适当增加横线条,可显得健美。在时装设计中,常采用一些变化以突出人体线条美。

2. 要显示性格美

活泼性格型的小伙子,爱穿皮茄克、登山服一类较洒脱的衣服;文静的姑娘,爱穿花色素静的衣装。男青年的服装以稍宽大一些,颜色庄重一些为宜,这样才能显示出男性雄健的美。如果小伙子也像大姑娘那样穿着紧腰大花衣裳就失去了男性的美,显得不男不女,不伦不类了。

3. 要突出色彩美

青年人在选择服装色彩时,应力戒颜色堆砌、零乱、繁杂。不要以为越华丽越美,越鲜艳越漂亮。须知高彩度的强烈对比与日常生活环境是不协调的。

一般来说,肤色较白的人,在颜色选择上受限制较少,肤色较黑的人则不宜用浅色或鲜艳的色彩,宜选用中间偏深色彩,肤色黑白之间者,也宜选用介于偏浅偏深二者之间的色彩,不宜用与肤色相差过大的色彩。此外,皮肤粗糙的人,不宜选用较嫩的色彩,因为嫩色更会反衬皮肤的粗糙,弄巧成拙。

人们可以利用视觉上对色彩的错觉,来弥补人的体型,脸

型等方面的先天不足。瘦小体型者的服装色彩宜用浅色，肥胖体型者服装色彩宜用深色；窄肩体型者，可选用全身同一色调或下身偏深色的服装；腰节低、腿短的体型，宜选用全身统一色调的套装；臀部、大腿较小的体型，宜选用略暗的颜色；长脸型者，宜用浅色、中性色彩；圆脸型者，应选用深暗色。

现代女性的五种打扮风格

自然型：在有一定文化和美学素养，且上了年纪的知识分子中流行。有追求但又不露痕迹的美，显得朴素大方。

浪漫型：喜欢带有男性气质的打扮，粗犷奔放，富有弹性和节奏感。另有些喜欢浓妆艳抹。

淡雅型：一些有一定文化和美学素养的青年女子，常用各种美容手段来弥补自己长相的不足，但却不露痕迹。

传统型：比较稳重的妇女穿着多考究，不喜欢新潮，但精明有眼光，常修饰得很完美，庄重典雅。

追随型：在一些生性活泼的姑娘中流行。她们的文化和美学修养不高，常常凭着敏感和直觉赶在新潮流的前头。但由于审美情趣不高，往往打扮过头，与环境 and 身份不相符，因而过于引人注目。

穿旧衣服如何打扮

我们不可能天天买一套衣服。虽然是旧衣，只要运用一下心思，也能打扮得具有新鲜感。以下是时装专家为您提供的几点意见：

1. 利用腰带旧衣裙，半截裙或裤头作点缀，能立刻令人有充满活力之感。试在盘骨处挂一条时下流行的粗腰带，或者戴两条细一点的腰带，作一松一紧的搭配。在色调上最好白配黑或白配红。

2. 一条小方丝巾有型地缀于外衣胸袋上，就显得高雅。长方形带色彩花纹的围巾，可作为腰带来衬托净色的衣裙。

3. 一些低档的人造钻石、人造珠宝，用来装点也很有趣味。例如，古典的圆形胸针，可以别在高领中央；假钻石别针则可别在西装领上；在旧毛衣上，挂上几串珠链，也颇为别致。

4. 把适合冬季穿的长裤剪短几寸，成为吊脚裤，然后衬以颜色鲜明的短裤，再配上松松的羊毛外套及腰带，便成了时髦的打扮。

5. 恤衫型衣裙是最富于变化的了。例如把原有的衣带除去，改用时款的皮带。或者在里面穿件高领毛衣，然后把钮子解开至半胸。

6. 男士式领带能令一件呆板恤衫变得潇洒。领带同样可成为一条精美的腰带。

衣着穿戴因人而异

姑娘的体型一般可归纳为四种类型：即“8”型、“V”型、“A”型、“口”型，你属哪一种体型，也就决定你如何打扮自己。

“8”型是一种标准完美的体型，无论穿哪种款式的衣裙，都显得高雅妩媚，仪态万千。

“V”型体型的姑娘上身浑厚，胸部丰满，肩胛宽，胳膊粗。相形之下，臀部和腿略嫌消瘦，这种体型的姑娘，挑选衣裙

时,要避免别人的注意力集中到上身,如羊毛衫前胸不宜绣花,衬衫前胸不宜装贴衣袋。上身不宜穿大摊领、泡泡袖等款式。可穿深色的男式领角衬衫,衬衫领要做得尖而窄;下身着淡色的多折裯或折裯裙子,这样,会给人一种比例协调、潇洒怡人的感觉。

“A”型体型的姑娘,臀部宽大,腹部突出,大腿粗壮,相形之下,上身显得单薄瘦削。“A”型体型的姑娘应把装饰重点放在上身。如选择质地柔软、线条柔和、色彩纯实的长摆裙或喇叭裙,配以淡色的宽松的蓬蓬袖丝绸衬衫,并用一根窄窄的皮带扣住。这样,就会显得体态匀称、风度翩翩。

“口”型体型的姑娘。上下平直、腰身粗壮,缺乏线条,怎样才能给人以一种纤细修长、线条起伏的感觉呢?最重要的是避免直筒腰身。可选用色彩对比强烈的直条面料做衬衫,配以深色牛仔褲。再束上宽宽的黑皮带,就会消除没有腰身的感觉,显得轻巧、洒脱了。

会使你增高的穿衣法

一般身材的女子,如果看起来能高一点,会显得更苗条。恰当的穿衣法能实现这一点。

一是使同色调的衣服看来有区别。如同色不同质料的衣服,搭配时上衣的质料比下身的厚重身材会显得高些。

二是上衣颜色以浅为宜。浅色会吸引别人的注意,这样别人较注意你的上身,使你看上去高一点。

三是避免质料硬的裙子。因为质料太硬,会使人看上去很臃肿。

四是选择直身的上衫。上衫肩膀不宜过阔,以合身为宜,款式宜笔直修长。斜线条的款式若质料柔软,无缝合线,也能收到增高效果。

五是在颈上加点装饰。如戴一对漂亮的耳环,可以吸引别人往上看,从而有助于增高。

六是不要夸张腿部。袜子和裙子的颜色对比不宜太大,不要选择款式复杂的袜子,因为你穿的是式样简单的衣服。

七是鞋子的高度要适合。要使你看上去显得高瘦,亭亭玉立,不一定要穿高跟鞋,超过三寸的高鞋,会破坏身体的平衡及衣服的比例。

家庭套装的乐趣

成套组合家具对许多年轻的家庭来说,已成为当代最受青睐的生活用具。家庭组合套装,现在也开始在一些青年家庭出现。

所谓家庭组合套装,就是用两三种色彩相呼应的面料,做成丈夫、妻子、孩子各得其所的一组套装,使家庭和睦融洽的气氛,洋溢在着装之间。

要设计组合套装,首先得选好面料。春秋季节,选用不太厚的花呢面料。先选定一种格子花型的料子为主料,再选配格子料中的深色泽为第一素色面料,最后取格子面料中的艳色泽为第二素色面料。例如,已选定的格子面料是由浅灰、苹果绿和墨绿为第一素色面料,再配以苹果绿为第二素色面料。又如,选中的格子面料中有深紫色与金黄色,就去寻找与深紫色相似的面料为第一素色面料;再去寻找与金黄色相仿的面料

为第二素色面料。

选定了三种色泽的面料后,开始考虑如何变化使用这些面料,构成父、母、子女这一部乐章。这一组服装在款式的变化上可以丰富多采些,相互之间加大区别,以避免单调乏味的感觉。男装用了西装驳领,女装就改用无领翻驳领,而童服却是大圆领圈;男装用的是单排扣,女装就设计成双排扣;童装则是翻门襟上一排扣;男装用了贴袋;女装就开袋,童装做成盖袋;男裤采用西裤式,女下装就为腰裙,而童装则是背带裙,这样一来,就可充分体现共性中的个性。

款式的区别决定以后,关键在于有机地、合理地将三种色泽面料运用于款式之中,使之产生一种完整的、和谐的总体效果。在这一套组合服装中,格子面料为主调。男上装除了领面与肩胛用第一素色面料外,其余全采用格子料。女背心、裙腰节,除了用第一素色面料镶嵌外,也全采用格子面料。男背心的肩胛、口袋、下摆、女装的驳面、肩胛,童装的上衣大身均采用格子面料。其次,男西裤、男式背心的大身及袋嵌线,童装的领圈及袋盖、袖,童背心的镶边,女上装的大身均采用第一素色面料。第二素色面料仅为童装所独享,做成童背心和背带裙。

家庭组合套装做好后,可以根据不同的环境和场所,灵活穿用。如上公园,丈夫可以穿套装中的西裤,配上一件绒线背心;妻子可以穿一件套装中的背心,里衬月牙色丝质衬衫,下配套装中摆长裙;孩子可以在自己的小衬衣上加件套装中的背带裙式小背心,保管一家人充满活力。