



时尚BRA与性感内裤的“私语”
材质、色彩当道之际 依照专业量体知识 挑一款时尚内衣
让美丽由内而外伸展开来 增添你的无限魅力

伊人贴身衣饰

BEAUTIES' UNDERWEAR

时尚风
FASHION-WIND

03

南海出版公司

睡衣之挚爱元素，家居服之温馨情节，泳衣之无边春色……

美体、保健、情趣内衣，让你享受贴身的风情
娇俏、可爱、性感内裤，带你感受细节的清爽

图书在版编目(CIP)数据

伊人贴身衣饰 / 深圳市金版文化发展有限公司主编. —海口: 南海出版公司,
2006.5

(时尚风)

ISBN 7-5442-3407-X

I. 伊... II. 深... III. 女服—内衣—服饰美学 IV. TS941.717

中国版本图书馆CIP数据核字 (2006) 第033510号

SHISHANG FENG (03) —— YIREN TIESHEN YISHI

时尚风(03)——伊人贴身衣饰

责任编辑 陈正云 周诗鸿

出版发行 南海出版公司 电话 (0898) 66568511 (出版) 65350227 (发行)

社 址 海南省海口市海秀中路51号星华大厦5楼 邮编 570206

电子信箱 nhcbgs@0898.net

经 销 新华书店

印 刷 深圳彩视电分有限公司

开 本 635mm×965mm 1/32

印 张 24

版 次 2006年5月第1版 2006年5月第1次印刷

书 号 ISBN 7-5442-3407-X

定 价 120.00元 (共6册)

南海版图书 版权所有 盗版必究

购书电话: (0755) 83476130

Http://www.ch-jinban.com

特别鸣谢

本书得以顺利出版，在此特别感谢以下单位给予友情支持与帮助。

内衣提供

► enweis (伊维斯) maniform (曼妮芬)

曼妮芬集团

☐ 地址: 深圳市福田区竹子林4路紫竹大道18号教育科技大厦17楼

☐ 电话: 86-755-83708080 ☐ Http://www.maniform.com.cn

家居服提供

► XUSANY (雪仙丽)

深圳市雪仙丽实业发展有限公司

☐ 地址: 深圳市福田区天安数码城天济大厦F4.8栋3楼B1单元

☐ 电话: 86-755-88352515 ☐ Http://www.xusany.com

时装提供

► BELLVILLES (贝拉维拉)

上海贝拉维拉制衣有限公司

☐ 地址: 上海市徐虹中路21号5楼

☐ 电话: 86-021-54893399 ☐ Http://www.bellvilles.com.cn

► ims (美释)

华商行时装(深圳)有限公司

☐ 地址: 深圳市八卦三路531栋6层D座(市计量质检大厦)

☐ 电话: 86-755-89808910 ☐ Http://www.szims.com

► Y. Q. E. R (玉情儿)

东莞市超城制衣有限公司

☐ 广东省东莞市虎门镇龙眼新工业区11路60号

☐ 电话: 86-769-8623128 6232992 ☐ Http://www.yuqinger.com

时尚风

03

伊人贴身衣饰



南海出版公司

目录 Contents

Part1<

女性内衣文化

- 一、中国内衣发展史5
- 二、内衣的未来趋势9
- 三、漂亮内衣增强女人的自信12
- 四、内衣的材质12

Part2<

BRA风情

一、BRA常识17

- 1. 文胸的基本结构17
- 2. 尺码表18

二、BRA的分类19

- 1. 按照罩杯来分19
- 2. 按照外型来分20

三、如何挑选内衣20

- 1. 专业的量体20
- 2. BRA的正确穿戴21

- 3. 根据胸型选内衣22

- 4. 根据肩形选肩带24

- 5. 文胸的小常识26

四、BRA的搭配28

- 1. 按照颜色来搭配28
- 2. 按照外衣款式来搭配39

五、美胸全攻略50

- 1. 饮食法50
- 2. 运动法51
- 3. 穴位法58
- 4. 矫饰法58
- 5. 各阶段女性的美胸秘方59

Part3<

内裤私语

一、内裤的分类65

- 1. 普通型内裤65
- 2. 功能型内裤70

二、内裤的搭配73

三、美臀STEP BY

- STEP81

- 1. 基本练习81
- 2. 进阶版——按摩操86
- 3. 美臀瑜伽88

四、选择内裤时三不宜 90

五、从内裤看出你的性格 91

Dart4<

套装内衣

一、美体内衣93

1. 美体内衣的功能和分类93
2. 美体内衣的正确穿戴方法96
3. 美体内衣的购买要点97
4. 美体内衣的保养方法97

二、情趣内衣100

三、保暖内衣101

1. 面料释义101
2. 选购要点102

四、保健内衣103

五、少女内衣104

六、运动内衣105

1. 健身时穿什么内衣105
2. 运动内衣的挑选105

Dart5<

挚爱睡衣

一、睡衣的分类107

1. 吊带式裙装107

2. 分体式套装108

二、睡衣挑选的要点33

Dart6<

温馨家居服

一、家居服的分类111

二、家居服挑选的要点112

Dart7<

泳衣 无边春色

一、泳衣的分类115

二、根据体形选泳衣117

三、泳衣颜色的挑选118

四、泳衣选购的要点119

Dart8<

内衣的保养

一、正确洗涤121

1. 手洗121

2. 机洗123

二、晾晒和储放123

1. 晾晒123

2. 储放123

3. 趣味小测试126



> Part 1 <

女性内衣文化

一. 中国内衣发展史

古代对内衣较早的称谓是“褻衣”。“褻”意为“轻薄、不庄重”，可见古人对内衣的心态。中国内衣的历史源远流长，以下所述为内衣的发展史。

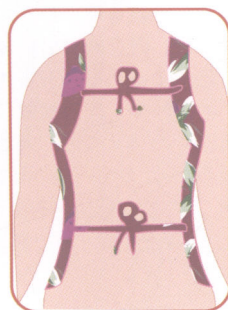
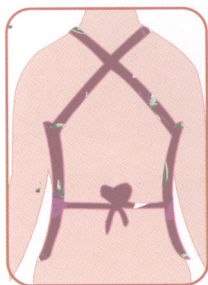
汉：抱腹、心衣

“心衣”的基础是“抱腹”，“抱腹”是上端不用系带子而用“钩肩”或“裆”做成的“心衣”。两者的共同点是背部袒露无后片。平织绢是汉朝常用的内衣面料，其多用各色丝线绣出花纹图案(称彩绣)，图案多以爱情为主题，在当时用素色面料来制作内衣的情况并不多。

汉：心衣



汉：抱腹



魏晋 (十六国): 两当

魏晋: 两当

“两当”与“抱腹”、“心衣”的区别在于它有后片，“既可当胸又可当背”，材质多为手感厚实、色彩丰富的织锦，布料为双层，内有衬棉。“两当”最初是北方游牧民族的服饰，后传入中原，属异族文化。



唐代: 诃子

唐: 诃子

唐代以前的内衣肩部都缀有带子，到了唐代，出现了一种无带的内衣，称为“诃子”。这也是其外衣的形式、特点所决定的——唐代的女子喜穿半露胸式裙装，她们将裙子高束在胸际然后在胸下部系一条阔带子，两肩、上胸及后背袒露，外披透明罗纱，内衣若隐若现，因而内衣面料较考究，色彩缤纷，与今天所倡导的“内衣外穿”颇为相似。为配合这样的穿着习惯，内衣需为无带的。“诃子”常用的面料为“织成”，挺括略有弹性，手感厚实。穿时在胸下将两根带子扎束起来即可，“织成”面料可保证穿上“诃子”后，胸上部达到挺立的效果。



宋代：抹胸

穿上“抹胸”后，“上可覆乳下可遮肚”，整个胸腹全被掩住，因而又称“抹肚”。用纽扣或带子系结。平常人家多用棉制品，俗称土布，贵族人家用丝质品并在其上绣上花卉。布料有单的也有夹的，形式不一。

宋：抹胸



元代：合欢襟

“合欢襟”的主要特点是带子由后向前系。穿时从后面穿，在胸前用一排扣子系合，或用绳带等系束。合欢襟的面料棉锦的居多，图案为四方连续图案。

元：合欢襟



明代：主腰

“主腰”与现在的背心有些相似。开襟、两襟各缀有三条襟带，肩部有裆，裆上有带，腰侧还各有系带，将所有襟带系紧后形成明显的束腰。可见明代女子已深谙凹凸身材之道。

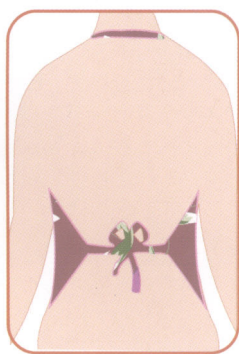
明：主腰



清代：肚兜

清代“抹胸”又称“肚兜”，一般做成菱形。上有带，穿时套在颈间，腰部另有两条带子束在背后，下面呈倒三角形，遮过肚脐，达到小腹。材质以棉、丝绸居多。系束用的带子并不局限于布料，富贵之家多用金链，中等家庭多用银链、铜链，小家碧玉则用红色丝绸。“肚兜”上有各类精美的刺绣。红色为“肚兜”常见的颜色。

清：兜肚



近现代：小马甲、背心、文胸

“小马甲”形状窄小，通常对襟，襟上有扣，穿时将胸腰裹紧。“小马甲”经进一步发展并吸收了西方的一些特点便成了现在的胸罩。

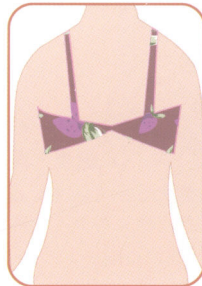
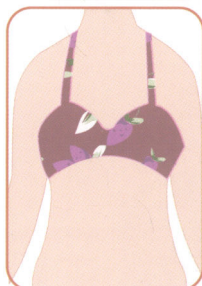
近代：小马甲



近代：背心



现代：文胸



内衣的未来趋势

弗朗索瓦·塞拉尔塔——贝克莱尔流行趋势工作室研究部经理自豪地说：“内衣已成为一种完全与众不同的时尚服饰。我们坚持创新的理念和为大家创造卓越的优雅内衣。”

一些内衣行业的专家也有相同的主张，热罗姆·加西诺——法国LDB品牌的市场部经理补充说：“内衣，永远是难以相信的梦幻衣物，现已完全走出了它原有的狭小区域。当今的女性根据自己的穿着个性，甚至手袋或首饰，来选择她们的内衣，或显现或隐藏，都演绎出暧昧的气息。”内衣已成为服饰文化中的一种新时尚，越来越多的人都把目光投到内衣这个具有爆发力的服饰文化中，随着时代的发展，内衣文化中已注入更多的新元素，内衣的款式也日臻多样化。

流行特点¹ 柔软材质

表布的材质上，华丽的风格带动蕾丝与刺绣的大量使用，如BeautyExpert，便是用多款的刺绣蕾丝素材制成的弹性内衣。

而在新科技素材的研究开发方面，有更符合人体美学的材质亮相，不仅延展性佳，与肌肤触感柔细，更重要的是其排汗性好及洗后易干。



曼妮芬

流行特点² 肩带革命

在内衣外穿的带动下，“可换式肩带”、“隐痕系列”是最新潮流，如华歌尔推出的可换肩带新系列在肩带布面上做变化，采用与本布相同的提花、亮面绉纱的肩带，让内衣成为服装的一部分。而思薇尔隐痕系列也有动作，主要是在搭配贴身外衣时，让你曲线毕露又不会出现钢圈或肩带外现的尴尬；至于线条的部分，以往的V字形线条已被更具衬托性的U形线条所取代，更显胸形的圆润饱满。



曼妮芬



流行特点³ 彩色当道

夏天是万物勃发的季节，时装设计师开始让服装变得愈加绚丽夺目。而一向以肉色、粉色为主流的内衣世界，也不甘寂寞地打起了鲜活色彩的招牌。明亮可爱的柠檬黄和清爽摩登的天蓝刚刚在内衣上出现，就吸引了不少年轻女孩的注意，现在又添加了含蓄温婉的紫色、活力四射的苹果绿、醒目的橙色，而这些浓度很重的色彩也开始大规模地占领几乎所有品牌的最新款。预计这些在以往不敢触及的有点张狂而又可爱的色彩，将会掀起新一轮年轻摩登族的内衣购买潮。此外，除了传统的白、黑、蓝等基本色调外，新款内衣更大胆加入可衬肤色的深紫色，取代了安静的莲藕色、奶茶色，以及鲜艳的桃红甚至是独具未来感的银灰色。

曼妮芬

流行特点4 轻盈运动

受运动热潮的影响，无论是日装晚装还是男装女装都加入了运动的元素，当然，内衣也没有例外。尤其是喜欢在家做运动的女孩，运动型内衣自然必不可少。运动型内衣的优点是可将身体的曲线和舒适感完美结合。可舒展的运动胸罩、适体的运动内裤、超迷你短裙、无领上衣等都是强调运动机能和气质的款式，它们的一致特点就是线条简单、造型朴素，色彩也多为纯色，并充满现代感和活力。



流行特点5

繁复花卉与极简素面

花卉图案一向是内衣的最佳装饰，不单是它给人以浪漫的风情，更因为它可以变化多端地随不同的设计展现或清纯、或古典、或风情万种的风味。在夏季，它更是大放光彩，“花样”翻新。与此相对，反装饰的素面文胸也毫不示弱，它们采用各种高科技面料来获取意外效果。

蕾丝内衣上的花卉图案与以往相比更加写实，花卉的枝叶分明，而且几种不同蕾丝花卉图案的拼接或重叠设计显得非常时髦。素面文胸比的是素材，闪光、亚光、不同纹理的高科技面料纷纷登场，然而，在时尚的笼罩下，素面文胸也不得不给罩杯缀上漂亮的花卉蕾丝！以思薇尔为例，近年推出的“喜颜异色”系列即承袭欧洲今年最流行的双色罩杯，在顺罩杯上覆盖一层具有光泽感的珍珠落纱，使整体更富层次感，并运用上下异色、同色不同调的搭配方式。总之，呈现流行时尚感是素面内衣的一大突破。



伊维斯

三.漂亮内衣 增强女人的自信

有些人认为女人的内衣裤是“见不得光”的，应穿在衣服里头，谁都不可看到，所以并不在意其款式美观与否。其实女性穿内衣裤，除了能美化身段，还有以下作用。

※ 美丽的内衣裤能表现你的浪漫感，及对美好甜蜜生活的憧憬。

※ 内衣裤对女性来说，是对自己的期望，有了期望，才会有动力去精益求精。

※ 穿款式美丽的内衣裤，自然会控制自己的食欲，不会吃到“肠肥肚满”。

※ 选购到称心的内衣裤，会使女性产生一种莫名的满足感。

※ 合身的内衣裤，可让身形更挺拔！

※ 信不信由你，一套好的内衣裤，可以增加女强人在工作上的战斗力。

穿上美丽的内衣裤，可增强自信，那是一种发自内心的原动力，令你“收腹挺胸”，重树信心。换上心爱的内衣裤，看着镜中的自己，只要有赘肉，就会立即采取行动了。

四.内衣的材质

内衣，包括文胸、背心、内裤、汗衫、T恤衫、文化衫、衬衫、棉毛衫裤等，是和人体皮肤直接接触的服装，它们与你的健康休戚相关，因此选购时要多加注意。选择的内衣最好是天然纤维制品，其中以棉制品最为合适，它的吸湿性和保暖性良好，价格也适中。合成纤维制品如锦纶内裤、涤纶衬衫等吸湿性差，不利于人体汗液的吸收和散发，难以调节皮肤和内衣之间的微气候环境，因此贴身穿着往往有闷热感。其中值得注意的是合成纤维内衣会引起皮肤损伤：尼龙的危害来自残留的化学物质——乙内酰胺，它可引起皮肤干燥、粗糙、增厚，甚至发生皲裂、皮炎等，而且它对皮肤有抗原性，可能会引起皮肤的过敏反应。另外，据日本一位泌尿科医生宣称，日

本患膀胱炎的女性增多，主要因穿化纤内衣裤而导致的。羊毛内衣对皮肤的损伤和脂纶一样，占17%。因此羊毛虽然价格高昂、保暖性好，但不是内衣的理想材料。



伊维斯

具体说来，内衣质料可分以下类型：

棉质 Cotton

吸汗，透气，保暖性强，穿着感觉很舒服，易于染色和印花，适用于少女型的内衣，并可创造青春气息。近年来，制造商也喜欢将棉质和各类纤维混纺。在棉质中加入化学纤维，特别是用于调整型内衣裤，不但具支撑的效果，而且穿上不会闷热。今天的女士们依然偏爱棉质内衣，这当然是因为棉布本身具有的独一无二的透气性和天然性，它的穿着感受绝不同于其他面料。此外从美感来说，平织棉布的印花效果和针织棉布的染色效果，都有一种天然淳朴的气息，也为其他面料所不及。

曼妮芬

丝质 Silk

触感、质料俱佳，不起静电，同时吸汗、透气性好。惟一的缺点是不好清洗，洗涤时必须用手很轻柔地搓洗或干洗。丝绒具有棉布所没有的典雅华贵，其天然滑爽感，也是莱卡所缺少的。若以法国蕾丝或瑞士刺绣与丝绒进行装饰搭配，所能达到的华丽效果，则是其他面料所难以达到的。



曼妮芬

莱卡 Lycra

质感似橡胶的莱卡，是产生于20世纪60年代的面料。当初发明的目的正是替代束腹紧身内衣的橡皮。因此，莱卡本身的特性就是富有弹性、具承托力和感觉舒适，其内衣更贴身，不易走样，不易出现褶皱等。另外，其细密薄滑的质感和极好的弹性，把“第二皮肤”演绎得淋漓尽致。莱卡面料的文胸、内裤、泳衣乃至袜子，其贴身的体感和抢眼的视觉感，都令人赞不绝口，再配以各式各样漂亮的蕾丝，就更完美了。

尼龙 Nylon

尼龙质料结实，不会变形，大部分文胸肩带以此作材料。