

美丽夕阳



穿出 品位

CHUANCHU
PINWEI

于今昌 ● 主编



吉林出版集团有限责任公司

美丽夕阳

穿出品位

于今昌●主 编



CHUANCHU PINWEI



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目 (C I P) 数据

穿出品位 / 于今昌主编. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2014.1

(美丽夕阳)

ISBN 978-7-5534-3870-2

I. ①穿… II. ①于… III. ①老年人—服饰美学

IV. ①TS941.11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第153458号

穿出品位

主 编 于今昌
策 划 刘 野
责任编辑 李艳萍 郑德民
封面设计 孙浩瀚
开 本 16
字 数 75千字
印 张 10
定 价 29.90元
版 次 2014年8月 第1版
印 次 2014年8月 第1次印刷
印 刷 北京中振源印务有限公司

出 版 吉林出版集团有限责任公司
发 行 吉林出版集团有限责任公司
地 址 长春市绿园区泰来街1825号
电 话 总编办: 0431-88029858
发行部: 0431-88029836
邮 编 130011

书 号 ISBN 978-7-5534-3870-2

如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换。

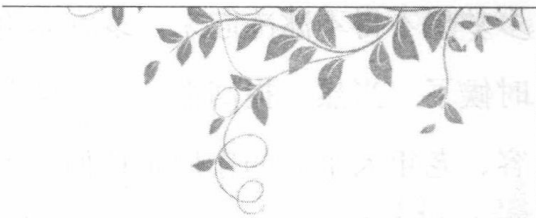
编 委 会

主 编：于今昌

撰 稿：史艳春 董洪波

史艳秋 于 雷

佳 楠 樊子健



前 言

目前，我国60岁以上老年人已接近2亿，占总人口的14.3%。到21世纪中叶，可能达到4亿左右。我国人口寿命普遍提高，老年人比重日益增长，这反映出我国经济、科技、教育、文化、卫生事业的蓬勃发展和人民生活水平的明显提高。同时，人口老龄化也给家庭结构和社会生活带来新的变化，对经济和社会发展产生重大影响。

尊老敬老是中华民族的传统美德，今天，我们要大力弘扬这一传统美德，在全社会倡导充分理解和尊重老年人，热爱关心和照顾老年人。做儿女的更是责无旁贷。

老年人为社会发展作出了历史贡献，他们有共享社会发展的权利。社会也好，儿女也好，有义务提高他们的生活水平，充实他们的生活内容；同时，更要营造尊老、爱老、养老、助老的社会舆论环境和氛围。

老年朋友过去由于时间太仓促、太紧迫，为了工作，许

多梦想不得不冰冻起来。现在是老年人重新扬起理想风帆的时候了。当然，提高老年人生活质量，丰富老年人的生活内容，老年人个人的作用是任何人无法替代的，老年人幸福感很大程度取决于老年人自己。所以要不断地调适自己的心理，更多地以宽容和体谅的心态看待社会，看待家庭，看待子女，看待人生。做到“与时俱进”，跟上时代的步伐。要积极地参与社会文化体育活动和社会公益事业，安排好个人生活。为了帮助老年朋友过上科学、健康、文明、积极、有尊严的生活，我们聘请有关方面专家编写了《美丽夕阳》这套丛书，共分8册，它们是《穿出品位》《以食为天》《住出格调》《游遍神州》《了解自己》《生命律动》《生命华章》和《闲情雅趣》。它们涵盖了衣、食、住、行诸多方面的知识，告诉您怎样穿好、吃好、住好、玩好；介绍了人体的秘密，让您驾驭好自己，照顾好自己；介绍了体育锻炼方式，让您健身强体；介绍了养生方法，让您益寿延年。

我们诚挚地希望这套丛书能成为孝顺儿女赠送给老爸老妈的一份礼物，也希望它能成为老年人的知心朋友，相伴您过好晚年生活。衷心地祝愿老年朋友生活幸福，健康长寿！

目 录

服装的色彩作用.....	001
人见人爱的真丝服装.....	005
漫话西装.....	011
保暖冠军——羽绒服.....	016
裙子与旗袍.....	021
衣着与健康.....	025
老年人的修饰与健康.....	031
穿化纤衣服谨防静电.....	038
化学纤维衣物的使用与保管.....	042
皮革服装怎样防霉.....	046
西装干洗.....	049

领带的洗涤与熨烫	052
怎样保护裘皮大衣	056
皮革服装的特点、选择、洗涤与保管	058
羊毛衫的鉴别、洗涤与去污	063
毛料服装的保护	068
怎样除去衣服上的汗渍和污渍	071
樟脑块与卫生球	076
脚的保护和鞋的选择与保养	079
穿鞋的卫生与健康	086
穿鞋的学问	092
老年人不宜穿高跟鞋	098
穿用衣鞋袜的科学	102
腿部“时装”——袜子	108
手套的科学使用	112
哪些人不宜化妆	115
佩戴首饰的学问	117
怎样保养珍珠饰品	122

宝 石	126
扶老——手杖	129
棉花及其替代品	135
各种化学纤维织品的特性	139

服装的色彩作用

金色的太阳、蔚蓝的海洋、青色的山峦、翠绿的森林……五彩缤纷的颜色装点起大自然无限美丽的景致。人类就生活在这样的多姿多彩的世界之中。

1666年，著名的科学家牛顿用棱镜把日光分成了红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫七种不同的颜色。从此，颜色的秘密被揭开了，人们知道了颜色是光作用的结果。但当时只认为光是一种微粒流，而假想红色光的颗粒较大，紫色光的颗粒则小些。后来通过长期的实验和研究，才发现光具有波粒二象性，即在不同的条件下，可见光是电磁波家族中的一部分，它能够引起人们的视觉。不同颜色则是由于不同波长的可见光对人眼作用的结果，红色光的波长长而紫色光的波长短。

人类眼睛的感光功能是由视细胞来完成的。视细胞又分为圆柱状的视柱细胞和圆锥状的视锥细胞两种，前者感

受光线的明暗，后者分辨光线的颜色。有些动物（如鱼、蜜蜂）虽然看不见红光或红光中波长较长的部分，但它们却能看到人眼看不见的部分紫外光。

颜色与人类的生活息息相关，人类对颜色的应用也由来已久。冰河时期，古人就选择黄土或红土掩埋死者，以示敬重。石器时代，人们把各种石器分别涂上不同的颜色，表示不同的用途。在古埃及，男人用红褐色涂面，女人用黄褐色涂面，以为美容。在封建社会中，常以衣服的颜色来辨别人们的身份：皇帝和贵族常着紫色衣服，神学家多穿黑色衣服，而医生则穿绿色衣服。14世纪，巴黎的商人穿一半红一半白的衣服，上流社会的女人则多穿紫色衣服。到了15世纪，女人穿花衣服才开始流行。随着时代的变迁，地域的不同、风俗习惯的差异，人们对颜色的利用和爱好也随之不同。

当然，色彩调节正成为一门应用广泛的科学，很多学者研究了颜色的物理特性及对人类心理、生理的影响，有人还研究了色感、色味、色嗅、色温和色痛。色感上，人们觉得：白色的清静，黑色的寂静，红色的热情，绿色的凉爽。

人们利用颜色的这些色感特征，在建造房屋住宅或制造设备时，常常配上不同的颜色，或显得庄重，或显得醒目；有的给人以温暖之感，有的给人以凉爽的意境。

另外，也有模仿环境颜色来达到隐蔽目的，如军队的武器、装备、服装等。颜色还能给人有味道的感觉，觉得黄色的甜、绿色的酸、茶色的苦、红色的咸。

马克思指出：“色彩的感觉是一般美感中最大众的形式。”色彩可以传达一定的感情信息。不同色彩的表情性、象征性不尽相同。色彩的表情性，包括色彩的兴奋与沉静，暖与冷，活泼与忧郁，华丽与朴素等。色彩的表情性通常是与色彩的联想和象征分不开的，不同的人面对一定的色彩，可能产生各有特点的联想，但也有着明显的共同性。红色使人联想到火与血，感到兴奋、热烈；黄色使人联想到阳光，感到明亮而温暖；绿色使人联想到绿色的植物，感到生机盎然，和平而稳定；湛蓝色使人联想到豁达、宽阔的天空和海洋……色的联想，是由人们长期的实践经验积累形成的。由于世世代代的传统习惯，使某种色与某种特定的内容、形式具有了较为固定的联系和象征意义。

一般我们把黑、蓝、绿、紫等称为冷色；把红、橙、黄、赭等称为暖色。暖色系列中的晚霞色，由浅橙、朱红、金黄、桃红、红棕、玫瑰红、淡紫色组成，这一暖色系列有效地显示了高雅华贵的感觉。中间色系列的田园色，由黄绿、蜜黄、秋香、皎月、咖啡、米色等组成，象征原野的美，有田野诗的意境，让人产生一种甜蜜的情感。

冷色系列的南极色，由天蓝、湛蓝、钴蓝、深绿、藏青、浅粉绿、豆沙色组成，给人一种浮想联翩的感觉，很快使人想到广阔的蓝天，令人向往的翻腾的大海……思绪万千。

一般不同颜色的服装会让人对人体胖、瘦、高、矮甚至年轻与老迈等产生视觉误差。胖人宜选用冷色系列的衣料，使人感觉集中，造成错觉，似乎面积缩小了，使胖人体型稍显苗条。瘦而高的人宜选用暖色的衣服，大花纹图案，使人感觉分散，起着扩大面积的作用，这样，体型会显得丰满一些。明度高的色彩显得轻松，活泼，随和；明度低的色彩显得严肃，稳重，朴素。同种色彩从深到浅分层次排列递增或递减能造成和谐的美感。邻近色搭配造成关联性。对比色（指冷暖色的对比）可产生醒目、鲜明之感。年轻人可穿着色彩鲜明的运动装。如果性格文静，宜选用调和色，可给人和谐的静态美。

色彩的装饰性有它独特的功效。巧用色彩的装饰搭配，可以使衣服提神，运用自然的装饰色可提高外在形式美的格调。服装色彩的选择和色彩设计是一个复杂问题，它需要考虑着装者的体型、肤色、性格、环境、职业等因素。在色彩装饰上要考虑色相、明度、纯度、色彩的面积、形状及配备的位置等多种关系的和谐统一。

色彩搭配组合得生动新颖，将会给您的生活增添新意和时代感。

人见人爱的真丝服装

近些年来，随着科学技术的发展和人们生活水平的不断提高，各种新型的人造纤维层出不穷，但由此也出现了一些新问题。比如，服装面料引起皮肤损害的事例不断发生，有关服装保健的问题正逐渐引起人们的重视。

近代服装卫生研究表明，最基本的服装卫生条件有三项，即对气候的变化有良好的调节作用；有利于身体各部位的活动；能保护身体不受伤害。而最能体现这三项要求的纺织品莫过于真丝织物了。

有些纤维由于化学处理不当或本身的原因，吸汗性能差，易造成瘙痒等缺点，穿在身上极不舒适。真丝吸汗能力强，而且柔软光滑，具有舒服感，同时也不像合成纤维那样，由于静电作用，容易吸附尘埃。而最突出的是真丝对皮肤有增强活力作用，能减少皮肤脱屑。

服装应不妨碍人的肢体活动，合适的服装主要与服装

的款式及所采用的纤维性质有关。服装要求便于伸缩，对身体及四肢不能束缚得太紧，要有利于呼吸，有利于血液循环。这就要考虑到织物的柔软性、伸缩性、单位面积重量、压缩弹性、抗弯刚度、拉伸强度、折皱性等。真丝能够较好地满足上述要求，所以穿上真丝服装对肢体活动是比较方便的。同时它具有较强的抵抗外力侵袭的能力，为同样厚度的纤维所不及。

对皮肤的保护作用是真丝最为突出的特点。日本通产省纺织品安全问题会议对衣料损害皮肤作了实地调查，调查对象1500人，其中发现有600人在一年间有皮肤异常感觉。日本化纤协会经过调查也提出了衣料引起身体受损害的报告。一位日本学者花了一年时间，调查了衣服引起的皮肤损害。他认为突出的问题是贴身内衣引起的皮肤病，这多半是由于穿尼龙、涤纶、聚丙烯腈纤维、醋酯纤维等面料制作的贴身内衣所造成的。而真丝不含刺激性物质，与人体皮肤接触不会带来上述问题。

真丝是蛋白质纤维。1980年中科院上海有机化学研究所，曾对丝素的氨基酸含量作过精确测定，发现桑蚕丝中的天然蛋白质含量大大高于珍珠。其中总氮量要比珍珠高37倍之多。主要氨基酸含量也比珍珠高10倍以上。丝素中氨基酸有18种，其中亮氨酸可以加速细胞的新陈代谢，促

进伤口愈合；丝氨酸、苏氨酸可以防治皮肤老化；乙氨酸可防日光辐射和白细胞下降。利用蚕丝还可以制成各种保健食品和药品。高级保健润肤化妆品——丝素膏，就是用蚕丝制成的，它有防止皮肤衰老的作用。

真丝具有吸湿、放湿性能，能调节温湿度，使人体皮肤维持正常的生理状态。即使出汗，湿气会透过纤维向外界挥发，皮肤调节体温的功能就能得到保证，从而有利人体新陈代谢的进行。据日本和洋女子大学生理卫生博士川村一男测定，穿真丝三角裤的股间湿度为72%，而穿棉制的或合成纤维的达90%。股间体温比人体其他部分低1~2度，有利于男子内分泌系统正常工作。如穿合成纤维内裤，可能抑制分泌性激素的功能。

从真丝特性分析中，专家认为，它可以保护人体健康，并对某些皮肤疾病有辅助治疗作用。按照人体各部位的需要，专家用真丝制成各种不同织物，选择了30个皮肤瘙痒病患者进行治疗，结果证明，单纯使用纯真丝织物即可收到较好的疗效，无须配合使用外用药物。

利用蚕丝制衣还可以保障安全。电业工人操作时，容易发生触电事故，但穿上了“等位服”操作，就可避免事故发生。那么“等位服”是用什么做的呢？它就是用柞蚕丝与金属丝合并，捻组成一体的复合材料，这种材料像普

通纱丝一样可织布缝衣。用它制成的“等位服”有弹性好、韧性强、透气保温性优良、穿着舒适等优点。另外，蚕丝是蛋白纤维，燃烧点高，燃烧时不起火，只炭化，而炭化后的丝纤维导电性更好，电业工人的生命安全就更有保障。

我国的丝绸已有几千年的历史，在国内国际都享有很高的声誉。特别是近些年来，丝绸工业发展很快，丝绸织物的品种也日见繁多。由于各种合成丝绸的织物、纤维原料的织物的组织不同，因此对各种合成丝绸的使用、洗涤、晾晒、熨烫等都具有各自的特点。这些织物使用保管不当，容易发生质的变化，如褪色、起花斑、变色、脆裂等。熨烫方法不当，又容易留下渍痕，以及破损变形。所以要分辨各种丝绸织物的特性，采用不同的方法，才能使它保持美观，鲜艳挺括，延长使用时间。

花软缎、古香缎、天香绢、留香绉、织绵缎、立绒、蚕丝绒、烂花绒等，一般不宜水洗，最好是用清洁软毛刷干刷，或轻拍，将织物上层灰尘除去即可。如上述方法不能除净，可用中性皂和高级合成洗涤剂，用热水化成皂液，待皂水冷却后将织物全部浸入，再轻轻地大把搓洗，切勿用力搓和绞，以免损伤织物纤维。用皂水洗过后，必须多次用干净的淡水漂净，这样，丝织物的光泽、色泽就