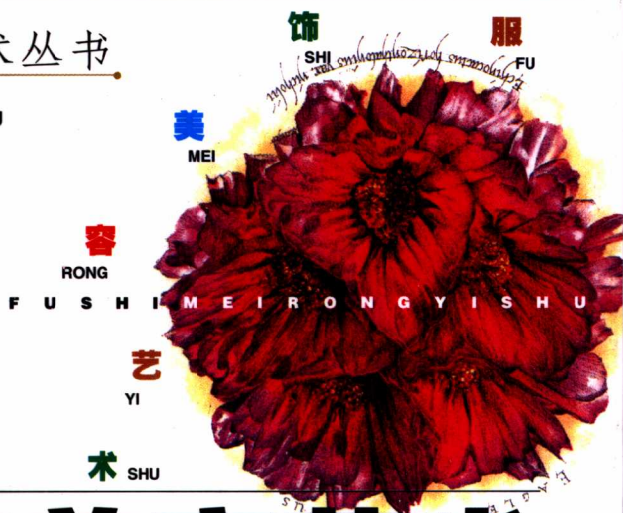


21 世纪生活艺术丛书

ERSHIYI SHIJI
SHENGHUO YISHU
CONGSHU

社交礼仪艺术
恋爱婚姻艺术
科学育儿艺术
烹调营养艺术
养生保健艺术
公关口才艺术
心理修养艺术
休闲娱乐艺术



服饰美容艺术

梁 茹 杨 丽 徐继宁 编著

Liang Ru
Yang Li
Xu Jining

家居装饰艺术
家电选用艺术
摄影摄像艺术

中国书籍出版社

21

世纪生活艺术丛书

ERSHIYI SHIJI
SHENGHUO YISHU
CONGSHU

RONG

美
MEI

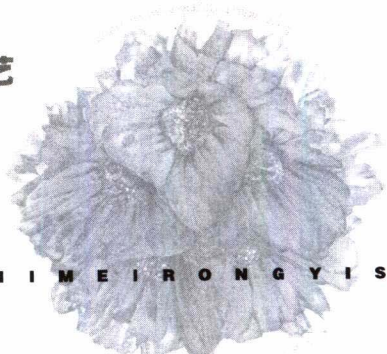
艺
YI

饰
SHI

术
SHU

服
FU

F U S H I M E I R O N G Y I S H U



服饰美容艺术

梁茹杨丽徐继宁 编著

Lian Ru
Yang Li
Xu Jining

中国书籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

服饰美容艺术/梁茹等编. - 北京: 中国书籍出版社,
2000.1

(21 世纪生活艺术丛书)

ISBN 7-5068-0488-3

I. 服… II. 梁… III. ①服饰 - 普及读物②美容 - 普
及读物 IV. TS941.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 73647 号

书 名 / 服饰美容艺术

书 号 / ISBN 7-5068-0488-3/Ts·33

责任编辑 / 海 心

责任印制 / 王大军 刘颖丽

封面设计 / 悬垦工作室

出版发行 / 中国书籍出版社

地 址 / 北京市丰台区太平桥西里 38 号 (邮编: 100073)

电 话 / (010) 63455164 (总编室) (010) 63454858 (发行部)

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 北京地矿印刷厂

开 本 / 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 11 印张 256 千字

版 次 / 2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

印 数 / 0001 - 5000 册

定 价 / 16.00 元 (册)

版权所有 翻印必究

目录

21SHIJI SHENGHUO YISHU CONGSHU



一、服饰的穿戴艺术

衣料的质感美	(1)
服装的和谐美	(3)
服装的朦胧美	(4)
时装的造型美	(4)
泳装与形体美	(5)
孕妇的服饰美	(7)
衣服装饰配套美	(7)
钮扣的装饰美	(8)
女式提包装饰美	(10)
得体着装四要点	(11)
服装的舒适感	(13)
少女衣着与色彩的最佳选择	(14)
衣装美与色彩的镶拼作用	(16)
帽子、鞋袜与手套颜色式样怎样协调	(17)
服饰个性美与赶时髦	(23)
女性体型的四种类型	(24)
女性服饰与人体	(25)
领子的造型与人体	(26)

不同腿形的装饰方法·····	(27)
穿衣协调身体比例十一法·····	(28)
运用点、线、面美化服装·····	(29)
发型与四季服装·····	(30)
冬季服装与饰物搭配·····	(32)
舞会的着装艺术·····	(33)
家庭套装的乐趣·····	(34)
随意穿着 独创风格·····	(36)
体现阳刚魅力的穿衣术·····	(36)
怎样穿得别致·····	(38)
矮个儿男士巧着装·····	(39)
男装与鞋巧搭配·····	(42)
蜜月礼服的穿着讲究·····	(43)
内衣的保健和心理功能·····	(44)
穿裙子美在何处·····	(45)
青春美裤装新潮·····	(47)
你适合穿哪种牛仔裤·····	(48)
羊毛衫配色要有不同情调·····	(49)
哪些人不宜穿夹克衫·····	(50)
旧皮衣美容妙法·····	(50)
旧衣穿出新时髦·····	(51)
穿着涤纶针织品要注意什么·····	(54)
穿着化纤服装应该注意什么·····	(54)
夏日纳凉宜穿什么样的服装·····	(55)
冬天穿什么衣服不易吸尘沾污·····	(56)
系纱巾的艺术·····	(57)
纱巾的妙用·····	(58)
春风拂面是“丝巾”·····	(59)

冬帽——头顶一片风情·····	(60)
什么年龄穿高跟鞋适宜·····	(61)
鞋跟的高度以多少为宜·····	(62)
牛仔靴的魅力·····	(63)
穿皮鞋五忌·····	(64)
穿鞋与健美·····	(65)
儿童穿什么样的鞋合适·····	(66)
您适合穿哪种长筒袜·····	(67)
中年女性穿衣十忌·····	(68)
三十种穿衣禁忌与穿衣要诀·····	(69)

二、服装设计、选购与保养艺术

服装设计要注意线条美·····	(71)
服装设计与线条的作用·····	(72)
服饰设计为什么要考虑五个“W”·····	(73)
服饰设计要不要采取添加或附加装饰·····	(74)
服饰设计应注意材料质量的特征·····	(75)
服饰设计要讲究立体造型和平面装饰·····	(76)
款式是身分的外在表现·····	(77)
职业女性服装款式怎样定位·····	(79)
服装的宽松度与定型·····	(80)
服装的名牌效应与个性化·····	(82)
裁剪法有哪几种·····	(83)
量体裁衣的顺序·····	(85)
服装流行的特点·····	(86)
怎样测试服装的规格·····	(87)
买衣怎样“侃价”·····	(88)
怎样选用儿童服装的衣料·····	(89)

内衣选用什么衣料好·····	(89)
怎样选用睡衣衣料·····	(90)
怎样选用西装衣料·····	(91)
怎样选用夹克衣料·····	(92)
怎样选用裤子布料·····	(93)
牛津布适合做什么服装·····	(94)
绒布适合做什么服装·····	(95)
呢绒适合做什么服装·····	(95)
华达呢适合做什么服装·····	(96)
花呢适合做什么服装·····	(97)
马裤呢适合做什么服装·····	(97)
纺类织物适合做什么服装·····	(98)
织锦缎适合做什么服装·····	(99)
绉类织物适合做什么服装·····	(99)
绫类织物适合做什么服装·····	(100)
怎样鉴别麻织物·····	(100)
纺织纤维知多少·····	(101)
怎样鉴别衣料的经纬向·····	(103)
用手感目测法测定衣料的原料·····	(104)
服装用辅料包括哪些·····	(105)
服装里料与面料配合的依据是什么·····	(106)
怎样选用衬衫粘合衬·····	(107)
怎样选用外衣粘合衬·····	(107)
怎样选用服装的垫料·····	(108)
怎样选用钮扣、拉链等扣紧材料·····	(109)
鉴别高档服装质量的技巧·····	(110)
纯毛服装的优点是什么·····	(111)
选择编织服装的技巧·····	(112)

选购夹克衫的技巧·····	(113)
根据体形选游泳衣的技巧·····	(115)
选择结婚礼服的技巧·····	(116)
挑选羊皮皮鞋的技巧·····	(119)
挑选皮类旅游鞋的技巧·····	(119)
挑选运动鞋的技巧·····	(121)
挑选机织服装应注意什么·····	(122)
挑选针织服装应注意什么·····	(123)
冬帽的选择技巧·····	(123)
为什么服装要洗涤·····	(125)
哪种洗衣粉好·····	(125)
毛料衣服怎样进行干洗·····	(126)
高档羊绒衫怎样进行干洗·····	(127)
绸缎类衣物怎样干洗·····	(127)
拆洗毛衣的技巧·····	(128)
呢绒服装简易除尘的技巧·····	(129)
衣服为什么要进行熨烫·····	(129)
怎样熨烫衬衫·····	(130)
怎样熨烫连衣裙·····	(130)
怎样熨烫西装·····	(131)
掌握熨衣的窍门·····	(132)
漂白织物的技巧·····	(134)
补救服装熨烫失误的技巧·····	(134)
毛纺织品去污六法·····	(135)
怎样去除衣服和鞋帽上的汗臭·····	(135)
哪些衣物不宜暴晒·····	(136)
晒衣服的技巧·····	(137)

三、首饰的选戴艺术

女性饰物彰显性格	(138)
首饰的种类及用途	(140)
怎样鉴别黄金首饰的真伪	(147)
怎样测量首饰中的含金量	(148)
怎样鉴别白金和白银	(149)
怎样鉴别嵌宝首饰	(150)
怎样鉴别珍珠首饰的质量	(151)
怎样鉴别象牙雕刻首饰及骨刻首饰	(152)
怎样鉴别戒指	(152)
怎样选戴项链	(153)
项链与不同质料的服装怎样搭配	(155)
怎样选戴胸针	(156)
戴什么样的耳环最美	(158)
首饰与服装的搭配艺术	(160)
珠宝首饰有哪些习俗	(161)

四、化妆品的选用技巧

怎样选择营养性化妆品	(162)
老年人怎样选择化妆品	(164)
怎样选用药物性化妆品	(165)
怎样识别变质的化妆品	(166)
怎样选择口红的颜色	(167)
怎样正确使用眼形修饰化妆品	(169)
怎样除去睫毛液	(170)
买来的假睫毛怎样修剪加工	(170)
假睫毛怎样取下和保管	(171)

怎样选用眉毛化妆品	(171)
怎样正确使用鼻部和耳部化妆品	(173)
怎样使用亮光剂	(175)
怎样使用阴影膏	(175)
怎样选用染发剂	(177)
怎样选用发乳	(177)
怎样选用发油	(178)
怎样选用发蜡	(179)
怎样选用指甲油	(179)
怎样选用皮肤滋润剂	(180)
怎样根据皮肤的性质选择营养面霜	(181)
怎样使用粉底掩饰缺点	(182)
使用胭脂要不要有所选择	(183)
维生素的美容作用	(184)
怎样制作天然美容品	(185)
怎样自制美容饮料	(188)
怎样自制果蔬护肤液	(189)
怎样选择美容食谱	(190)
厨房里的美容品	(192)
怎样使用美容膜美容	(193)
油性皮肤怎样配制敷面剂	(194)
干性皮肤怎样配制敷面剂	(195)
怎样自制营养护发剂	(196)
香水的魅力	(196)
使用化妆品的禁忌有哪些	(198)
怎样使用化妆用具和材料	(200)
怎样使用常用美发工具	(202)
怎样选择美容医师	(204)

五、面部的化妆技巧

用面红表现脸色的健美·····	(205)
巧用胭脂改变脸型·····	(206)
巧用胭脂减弱脸部缺陷·····	(207)
控制脸部肌肉以防老化·····	(207)
脸上有皱纹怎样化妆·····	(208)
掩饰面容的先天不足·····	(208)
掌握面部的按摩方法·····	(210)
孕妇怎样进行面部按摩美容·····	(211)
蒸脸的技巧·····	(213)
圆眼睛的化妆技巧·····	(214)
眼睛小的化妆技巧·····	(214)
厚眼皮的化妆技巧·····	(215)
凸眼睛的化妆技巧·····	(216)
凹眼睛的化妆技巧·····	(216)
眉毛与眼睛距离太近怎样化妆·····	(217)
东方女性眼部怎样化妆·····	(217)
中年妇女怎样修饰眼睛·····	(218)
怎样消除眼部皱纹·····	(219)
怎样消除肿眼泡·····	(220)
怎样把单眼皮化成双眼皮·····	(221)
怎样判断你能否割双眼皮·····	(222)
怎样贴饰人工睫毛·····	(223)
怎样烫眼睫毛·····	(224)
睫毛怎样卷才漂亮·····	(225)
眼影的晕染技巧·····	(225)
怎样使眼影颜色耐久·····	(227)

眉形怎样与脸型搭配	(228)
怎样修饰各种眉型	(229)
怎样梳理眉毛	(230)
怎样使眉毛长密些	(230)
怎样用文眉弥补眉形缺损	(231)
男人怎样修饰眉形	(232)
鼻子的类型	(232)
怎样化鼻妆	(233)
怎样使长鼻子显短	(234)
怎样使短鼻子显长	(235)
怎样使宽大的鼻翼显得小一些	(235)
怎样使窄小的鼻翼显得饱满些	(236)
怎样使低塌的鼻梁显得高一些	(236)
不同唇形怎样化妆	(237)
怎样进行改变唇形的口红化妆	(239)
怎样在有纵纹的嘴唇上涂口红	(240)
唇膏怎样与肤色协调	(240)
唇膏色怎样与服装颜色配合	(241)
唇色发紫怎样修饰	(242)
怎样加强嘴唇的立体感	(242)
牙齿健美功	(244)
剃须的方法和程序	(245)

六、美发养发护肤技巧

头发的种类	(248)
头发的性质	(249)
怎样根据年龄选择发型	(250)
怎样根据发质选择发型	(251)

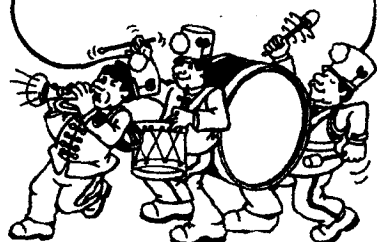
怎样根据体型选择发型	(252)
怎样根据脸型和面部选择发型	(254)
不同职业怎样选择不同发型	(256)
男子怎样选择合适的发型	(257)
怎样用发型弥补脸型缺陷	(258)
怎样保持发型较长时间不变	(259)
怎样进行家庭烫发	(260)
头发烫卷过分怎样变直	(262)
自然卷曲的头发怎样处理	(262)
染发怎样防止发生皮炎	(263)
头发稀疏的人怎样增加美感	(264)
怎样使用假发和假发套	(267)
怎样按摩头皮	(268)
不同发质头皮怎样护理	(268)
怎样自我测试皮肤类型	(270)
皮肤健美有什么标准	(271)
蛋白质与皮肤健康	(272)
维生素与皮肤健康	(273)
微量元素与皮肤健康	(275)
泥浴美容护肤法	(276)
饮水美容护肤法	(277)
用蒸面法清洁皮肤	(278)
怎样保养过敏、敏感性皮肤	(279)
不同部位的皮肤保护	(280)
不同类型的皮肤怎样洗脸	(281)
睡前保养皮肤的技巧	(282)
旅游时保护皮肤的技巧	(283)
根据个人的生活习惯保护皮肤	(283)

怎样去除皮肤上的疤痕·····	(285)
有关护肤的误解·····	(286)

七、美容化妆多功能技法

美女的标准·····	(288)
国际流行的选美标准·····	(290)
女人永远漂亮的处方·····	(291)
女性肌体一年有多大变化·····	(295)
男性“包装”七准则·····	(297)
让不符合标准的部分具有个性美·····	(298)
怎样寻找自己的“型”·····	(299)
化妆的新潮流·····	(301)
不同风格的化妆法·····	(302)
用化妆来表现娟秀文静·····	(304)
用化妆来表现艳丽妩媚·····	(305)
用化妆来表现理智成熟·····	(306)
职业女性怎样化工作妆·····	(307)
怎样进行五官协调的化妆·····	(310)
晚妆要不要化得浓些·····	(311)
亮丽迷人的晚妆·····	(313)
社交妆四款·····	(314)
出外旅游怎样简易化妆·····	(316)
面试时怎样化妆·····	(317)
花季少女淡妆素抹才相宜·····	(318)
怀孕期间怎样美容化妆·····	(319)
特别忙的人怎样化妆·····	(321)
病人怎样化妆·····	(322)
不同皮肤的人怎样卸妆·····	(323)

— 服饰的穿戴艺术

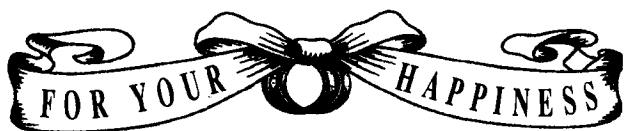


衣料的质感美

衣料种类非常丰富。天然纤维纺织品包括棉、麻、丝、毛织物等；化学纤维纺织品包括涤纶、锦纶、腈纶、丙纶、维纶和粘胶纤维以及异型纤维等织物；非纺织纤维织物包括人造革、合成革、皮革和裘皮等。衣料选择得当与否，不仅直接影响着服装的款式、色彩和装饰的设计效果，而且也影响着对人体的修饰和美化。

因此，为了利用衣料的质感美，增加服装的美感，





我们还应注意以下各点。

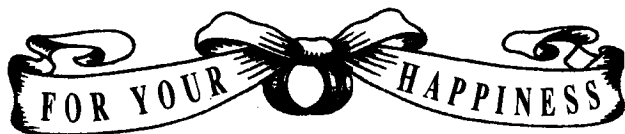
1. 选择衣料,要与服装款式和穿着功能相称。例如,一般丝绸轻薄、飘逸、有下垂感,适于做衬衫和连衣裙,而不宜做造型工整的西装及西服裙套装。但我国传统的丝织品——柞蚕丝绸,却由于质地坚固、透气性好、色泽优美和富有弹性,既适合做夏令男女装面料,又适合做西服面料;化学纤维中的中长纤维面料,由于具有毛料外观,弹性又好,而且抗皱免烫,易洗快干,比棉布定型性强,因而特别适于做造型挺括的长裤、外衣;做睡衣套装,还是以棉布为佳。由此可见,衣料质感对服装的使用功能和款式起着重要的作用。

2. 选择衣料要注意穿着者的体型。例如,为胖体型者缝制服装,选择衣料就不要太厚或太薄,而且要质感柔软,因为厚而带绒感的衣料会使身材显得臃肿;太薄的衣料,由于过分显露自然体型,对胖人也不甚佳。而为瘦人制装就正好相反,较厚的衣料能使服装造型线条清晰挺括,很薄的衣料能使体型有丰满感。

3. 选择服装衣料要注重配套。即上下装衣料要搭配得当,如果上装用的是平挺而厚的衣料,而下装是轻飘的长裤,就会使人感到上重下轻。但如果倒过来,上装衣料轻薄些而下装又挺括些,从轻重搭配来看,倒觉得自然大方了。

此外,选择衣服的口袋料和里子料也十分重要。例如,用比较结实的化纤织物做裤子面料,而用薄棉布做口袋,洗过之后,往往会因为缩水率不一致造成面料起皱,而且面料先干而口袋迟迟不干,又影响穿用。如果用旧料和牢度差的料子对付着做口袋,穿一段时间后,口袋先被磨破而面料还相当完好,此时补也难,换口袋就更费事了。里子料也如此。如果用的料不结实,情况比口袋更糟。因此,里子料同样要严格选择。里子料要用爽





滑耐磨的，如果做丝绸面料的棉衣，里子可选美丽绸、人造丝斜纹绸等；做毛料外套，里子可选蜡线羽纱、美丽绸等；做毛料呢大衣，里子可选棉线绫等。

服装的和谐美

合体、入时的服装，不仅能使着装者显得漂亮、年轻、美妙动人，而且能衬托出其温文尔雅、英俊潇洒的风度。为达此目的，一要注意脸型与衣领的关系。二要注意不同场合对着装的要求。比如：长脸的人忌领口长而尖，适用一字领、方领、圆领、披肩领；脸宽颈短的人应避免圆领和一字领，宽长的西服领、尖领、低领较好；方型脸则应避免方型领；尖脸型以大翻领为佳。穿衣服必须注意场合，不然，本来很美的服饰也会因其与场合不协调而大为逊色。

一般地，上班时的衣着应整洁、大方、高雅，不需过分修饰。华丽的衣裙适于参加晚会；参加宴会时的着装宜庄重，避免轻佻；赴约会时，着装应整洁、体面一些，以示尊重对方；作为主人在家里招待宾客，穿得应朴素随和些，免得客人感到拘谨；在公共场合穿内衣是失礼行为，即使在海滨和游泳场，也不可穿针织的或紧身的内衣；睡衣、睡袍只适宜在家里穿，在休养地和疗养院，也不可穿睡衣、睡裤走来走去，如换上运动衣就比较得体。

另外，女子穿下摆窄或膝盖以上短裙时，切勿在人前把腿架起来。随父母一同外出时，要特别注意外表和服装的和谐美，留给人美好的印象。

