

投稿類別：家事類

篇名：

胸罩款式與女性胸部之間的關係

作者：

鄭琬柔。私立樹德家商。服裝科三年 28 班

指導老師：

范莉梅 老師

壹●前言

一、研究動機

胸罩是女性的貼身衣物，能夠使女性展現自我魅力、窈窕曲線的最佳夥伴，然而現代的女性似乎都有著「我有穿著胸罩，為什麼胸部還是會變形、下垂、外擴…」的問題，而讓我們想去瞭解為何胸罩會對女性的胸部產生影響力、女性若沒穿著胸罩又會產生什麼現象，而胸罩和女性的胸部到底有著什麼密切的關係。

二、研究目的

在此研究當中可以讓我們了解每款胸罩的款式、功能以及了解自己的胸型該如何去穿著何種胸罩，使我們自己的胸部使之不受到危險。

現今社會當中，有些女性買胸罩都只因爲胸罩款式好看，並不在乎其胸罩對自己胸部的影響，而對胸部造成影響，所以我們的出發點是希望幫助現今的女性有進一步的瞭解，讓女性認識自己也多認識胸罩，在挑選時選擇適合自己的胸罩，才不會在往後造成不必要的傷害。

三、研究範圍與限制

由於資源有限，本研究所探討的範圍及限制，有如下的說明。

（一）研究範圍

本研究範圍，以最常見、常穿的胸罩款式以及女性的胸型作爲研究，看在市面上所賣的胸罩是否合適每位女性的胸部，又對女性的胸部會產生什麼影響。

（二）研究限制

由於金錢、資源等因素限制，在研究過程中仍有許多欠缺周詳之處，本研究所探討的範圍，有下列幾點的限制：

1、本研究只針對常見的胸罩款式下去做爲探討，無法統整所有在市面上的胸罩。

2、因金錢限制無法購買胸罩作爲研究，資訊方面只能藉由書給資料下去做爲參考，無法做更深入的探索。

貳●正文

一、胸罩的歷史由來及演變

要說中國胸罩是何時流傳的，歷史線索是從漢代開始。

在漢代時胸罩被稱爲是「心衣、袍腹」，心衣的基礎是袍腹，袍腹上端不用細子帶，而用「鉤肩」及「襠」就成了心衣，它們的共同點是背部坦露無後片，型態有點像是我們現在所穿的露背裝。

到了魏晉南北朝，由北方游牧民族傳入「兩當」，兩當與袍腹、心衣的區別在於「兩當」除了前片以外，還多了後片，「既可擋胸又可擋背」。

接著胸罩到了歷史性的唐代，因唐代盛行開放袒露性的美、唐代女子喜穿「半露胸式裙裝」，而讓胸罩有別於先前的型態，出現了無肩帶的胸罩，名稱爲「訶子」，上胸及背後袒露，外披透明羅紗，使得訶子若隱若現，與今日的「內衣外穿」頗爲相似，接著在穿著時需要在胸下環圍上的帶子，這能使得胸部出現挺立的神奇效果，也算是魔術胸罩的大前身。

然而到了元朝又有大變化了，其形式更像是現在內衣的模樣(尹玫瑰，2001年)，稱之爲「合歡襟」，合歡襟最大的特色是在於它將以往帶子後綁式改爲前扣式或前綁式，穿時由後及前，在胸前用一排扣子系合或用繩帶等系束；而到明代稱之「主腰」，它的外型與背心相似，開襟，兩襟各綴有三條襟帶，肩部有襠，襠上有帶，腰側還各有細帶將所有襟帶繫緊後形成明顯的收腰，顯露出自己姣好的身材，可見在這個時候女子已經知道要如何凸顯自己的身材之道。

最終到了清代，清代的胸罩稱之爲「肚兜」，肚兜一般做成菱形，上有帶，穿時套在頸間，腰部另有兩條帶子束在背後，下面呈倒三角形，長度遮過肚臍、達到小腹。

然而就在大展女性風姿的時候，就在民初因爲現實局面的大改革，又回到了保守的設計「小馬甲」，小馬甲更像是現在的背心，有前扣式也有邊扣式，有些有肩帶設計有些則無，小馬甲順著西風漸進，引進西方正在流行的胸罩款式，逐漸修改便成爲我們現在所穿著胸罩的形式了。

二、為何要穿著胸罩

是否曾經想過，為什麼要穿著胸罩？胸罩和胸部之間的關係到底是什麼？為什麼只有女性需要穿著胸罩而男性不需要？

在女孩胸部發育的期間，若提早配戴胸罩，則會使乳汁分泌不完全。但若是在乳房發育完全沒有配戴胸罩，則會使乳房發育不發達，甚至是下向或向外發展。

穿著胸罩，可以促進血液循環，讓身體變得較健康，也可以使我們維持身材，不讓胸部承受地心引力所給的影響，胸罩能使胸部向上集中，使得胸部高挺著，也會帶來視覺效果，若長時間不穿著胸罩，讓胸部去和地心引力對抗，在久而久之就會使胸部下垂、外擴以及變形，接著當我們看見別人的窈窕曲線想再來改善自己時，會發現自己的胸部已經是垂死的狀態，這就會造成要花上更長久的時間去救援，才能夠在使胸部重振雌風。

三、分析女性的胸型

女性的「**乳房型態和位置又依據種族、遺傳、年齡、哺乳的因素，以及乳房的發育程度而差異較大**」(劉菁，2004年)。

許多女性認為自己的胸部小沒有圓潤，而羨慕胸部大而挺的女性，覺得大便是美，盲目的去做隆乳手術或吃豐胸藥，我們是覺得不需要做這樣無謂的追求，豐滿的胸型雖然是人人稱讚、人人幻想的，但嬌小的胸型有它獨特的魅力、美感，也別有一番風韻。

常見的胸部型態如下：

(一) 扁平型&豐滿型&嬌小型

1、扁平型：又稱圓盤型，屬於底面積寬、高度低的胸型，「**這樣的胸部不豐滿，胸部輪廓過於擴散，高度過低**」(三采文化，2001年)，外觀平坦，胸部曲線較沒有明顯的起伏。

2、豐滿型：「**胸部的最高點位於上手臂中點的水平線上，胸部隆起高，底部半徑較大**」(資料來源：<http://neiyi.abang.com/od/chaoliudapei/jg/xiongxing--xu/fengman.htm>)。

3、嬌小型：底面積狹窄、高度普通，胸部隆起弧度較低，底部半徑較小，乳房不夠豐滿。

(二) 平坦型&下垂型

1、平坦型：乳頭幾乎貼在肌膚上，毫無胸型可言，像小孩子一樣還沒發育。

2、下垂型：乳房整體向下滑，上胸會逐漸平坦，乳頭會朝向地面，乳暈下緣低於下胸線或與下胸線呈水平狀。

(三) 半球型

是屬於最漂亮、最完美的胸型，乳房隆起飽滿如兩個半球，既不會太豐滿也不會太嬌小。

(四) 外擴型

胸部的三點連接線呈大於 60 的等腰三角形，乳頭與乳頭間的距離大於 18 公分。

(五) 一大一小型：

胸部大小是呈現不對稱，一邊的胸部大於另一邊的胸部。

四、胸罩的款式

現今的胸罩款式百百種，我們列出以下常見的胸罩款式作為介紹及參考：

(一) 全罩杯胸罩

胸罩的最基本款，能將乳房整個覆蓋住，使用 U 型的裁剪，能夠提供托高、集中、支撐等完善的功能，是功能性最好的胸罩。

(二) 3/4 罩杯胸罩

罩杯只有 3/4，使用 L 型裁剪，能將乳房由下往上托高，且向內集中，與全罩杯相比功能性略差一等。

(三) 1/2 罩杯胸罩

罩杯只有一半，使用 U 型立體裁剪，同樣具有托高、將乳房向內集中的功能，但功能性

就不比前面兩個好。

(四) 運動胸罩

採用伸縮及吸水、透氣性強的布料，具有一定支撐的力量，在運動時能夠保護胸部，使胸部不會因摩擦而受傷。

(五) 魔術胸罩

可在罩杯中裝入各式的襯墊，使得胸部因為襯墊更加圓挺、集中，屬於機能性的胸罩。

(六) 機能性胸罩

具有塑型的功能，可以調整身體曲線並且改善不良身體姿態的胸罩。

五、依胸型找尋適合的胸罩款式

每一款胸罩在設計的時候都有一定的功能，每個女性的胸型也都不一樣，要如何知道什麼胸罩是最適合自己的，是要依胸型去挑胸罩，而不是用胸罩在挑胸型，才能展現曼妙身材。

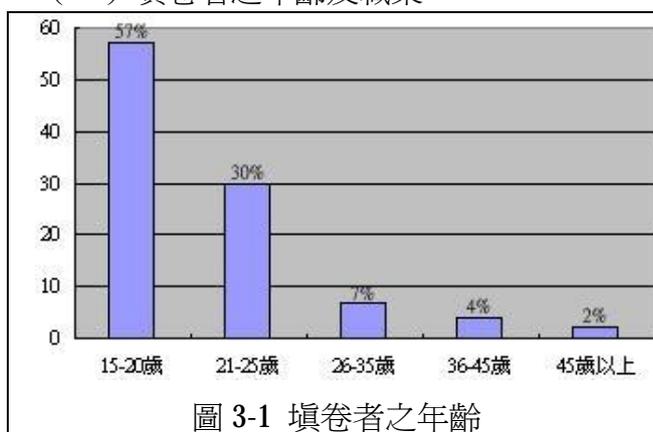
- (一) 扁平型胸型的女性總會夢想有一天胸部能夠長大、讓自己的身材變的更加完美，這種胸型需穿著 3/4 罩杯、1/2 罩杯的胸罩，能將乳房由下往上撐、向內集中且達到挺實的效果，也可選擇有加襯墊的胸罩，能讓胸部看起來更加圓潤。
- (二) 豐滿型胸型的女性對於自己的胸部所造成的負擔是很困擾的，這種胸罩最好選擇全罩款式，「全罩款式包覆力較強、肩帶寬度要足夠、內衣後片選擇寬幅較大的款式」(何嘉文，2006 年)。
- (三) 下垂型胸型的女性常會出現我該如何才能使胸部向上集中的煩惱，這種胸型最好選擇支撐力較好的鋼圈，將胸部向上托移，也可穿著有伸縮或襯墊的胸罩，來調整自己的胸型，「A 或 B 罩杯的人，可選擇 1/2 或 3/4 罩杯的胸罩穿著；若是 C 罩杯以上的人，則比較適合穿著全罩杯胸罩」(尹玫瑰，2001 年)。
- (四) 半球型胸型的女性應該對自己的胸型感到滿意，在選擇胸罩上有極大的範圍，每款胸罩都很適合，但不要穿著有太厚襯墊的胸罩，若胸部有外擴的現象，則需要有加鋼圈的胸罩，藉由鋼圈的幫助使得胸部向內集中。

(五) 一大一小胸型的女性會對自己的胸部感到煩腦，這種胸部在挑選胸罩時需要以豐滿的那邊為基準，若要以較小的那邊當基準，需要以可調整式活動的襯墊來修飾，建議全罩杯胸罩、3/4 罩杯胸罩。

六、問卷結果以及分析

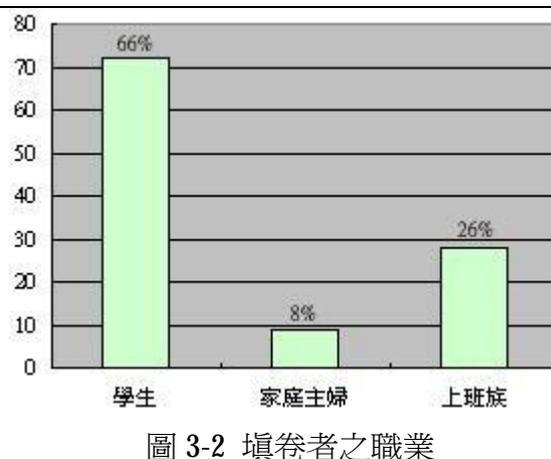
本問卷主要以高雄地區在國中以上到較年長的女性為主要調查對象，發出一百份問卷，收回一百份，未作答題數十五題，參考度 98.125%。

(一) 填卷者之年齡及職業

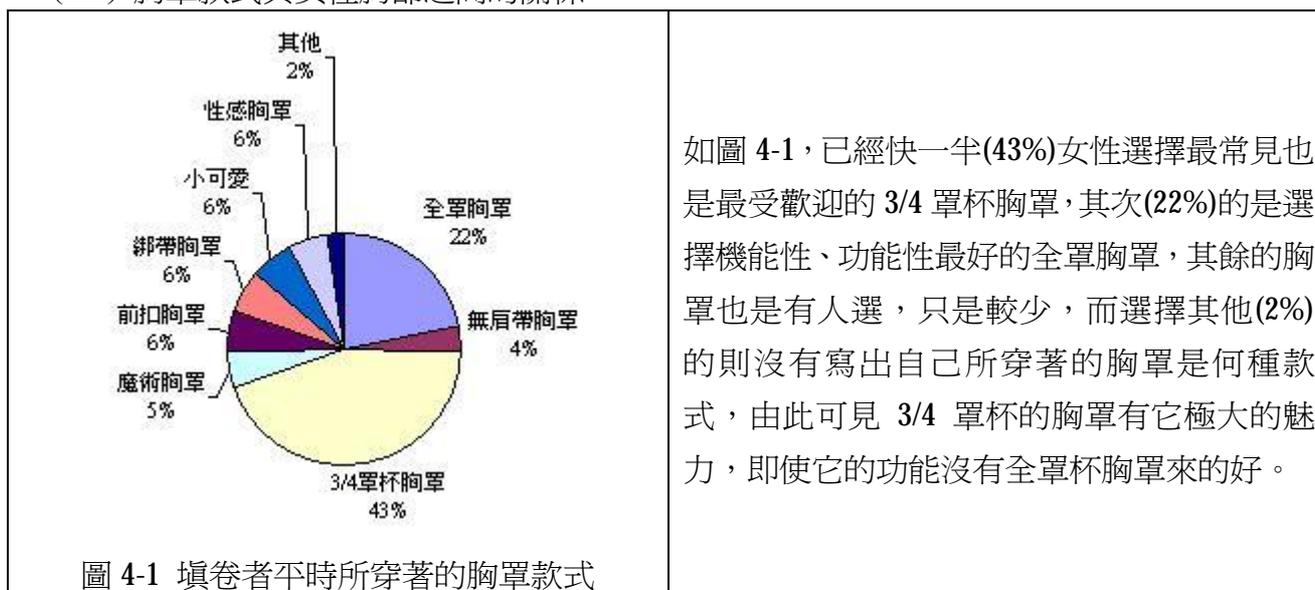


如圖 3-1，一半以上(57%)的年齡佔在 15-20 歲之間，只有少數(2%)的年齡是在 45 歲以上。

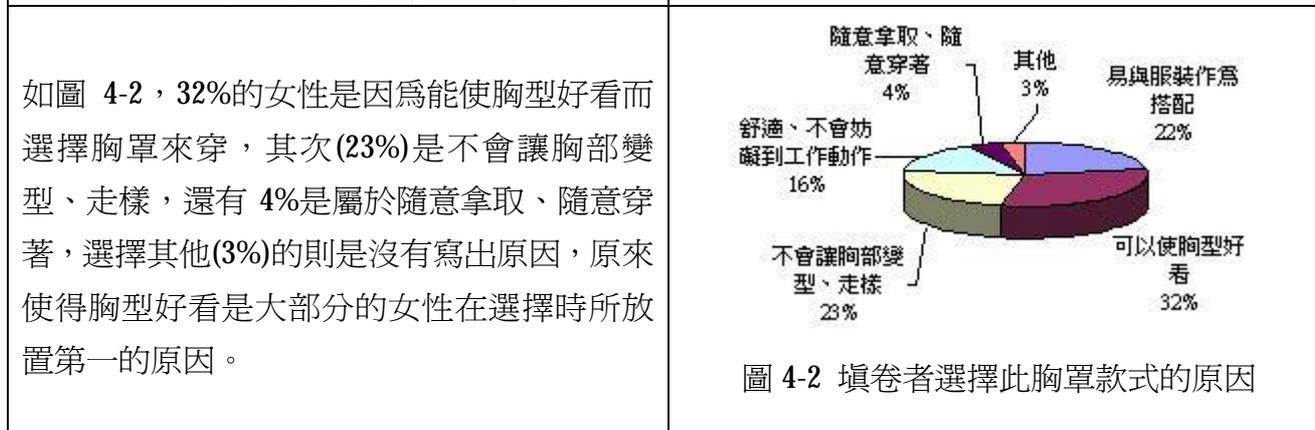
如圖 3-2，一半以上(66%)的職業都是以學生為主，只有少數(8%)為家庭主婦，而此題為複選題，所以也有學生兼具上班族。



(二) 胸罩款式與女性胸部之間的關係



如圖 4-1，已經快一半(43%)女性選擇最常見也是最受歡迎的 3/4 罩杯胸罩，其次(22%)的是選擇機能性、功能性最好的全罩胸罩，其餘的胸罩也是有人選，只是較少，而選擇其他(2%)的則沒有寫出自己所穿著的胸罩是何種款式，由此可見 3/4 罩杯的胸罩有它極大的魅力，即使它的功能沒有全罩杯胸罩來的好。



如圖 4-2，32%的女性是因為能使胸型好看而選擇胸罩來穿，其次(23%)是不會讓胸部變型、走樣，還有 4%是屬於隨意拿取、隨意穿著，選擇其他(3%)的則是沒有寫出原因，原來使得胸型好看是大部分的女性在選擇時所放置第一的原因。

圖 4-2 填卷者選擇此胸罩款式的原因



如圖 4-3，39%的女性愛用百貨公司來購買自己所穿著的胸罩，其次(13%)是的菜市場，勾選銷售店家(7%)的有三位是選擇 Easy Shop 作為購買的通路，選擇其他的則是有媽媽幫忙購買、A+1 以及不一定，一般對於菜市場的認知可能就是無法選購到好的胸罩，但仍有許多女性會去購買，可見菜市場的胸罩有它獨特的魅力。

圖 4-3 填卷者平時所選擇的銷售通路

如圖 4-4，超過一半以上(78%)的人是在意價錢的，只有少數的(22%)是不在乎價錢在購買。

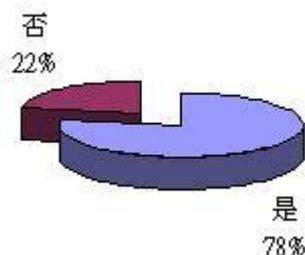


圖 4-4 填卷者購買胸罩時是否考慮價錢

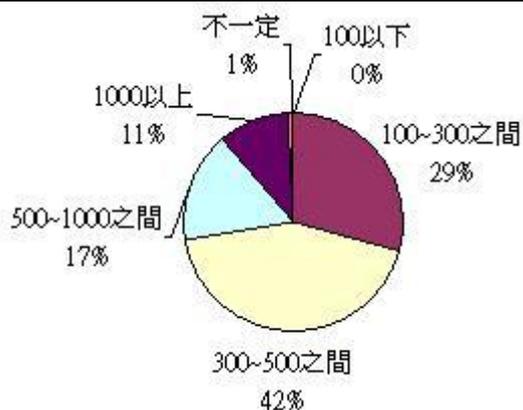


圖 4-5 填卷者接受的價錢範圍

如圖 4-5，42%的人接受的範圍在於 300-500 之間，其次在於 100-300 之間，100 以下的則沒人勾選，不一定有 1%，只見女性對於胸罩的價錢範圍是有很大的額度。

如圖 4-6，32%的人選擇其他的品牌，在其他的品牌當中有 3 個 Carol Malony、1 個 Easy Shop、1 個 I Lady 以及 2 個思薇爾，其餘的則是沒有寫出品牌，其次(28%)的是瑪登瑪朵，每款品牌的填卷者原因一致都是好穿、舒適。

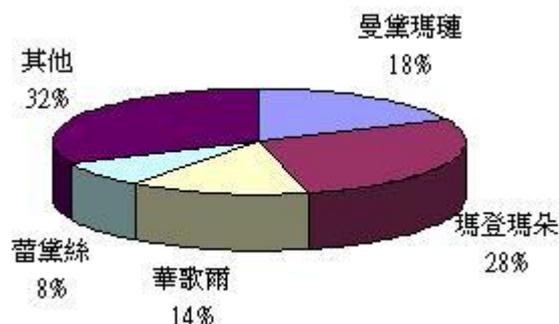


圖 4-6 填卷者所選購的胸罩品牌

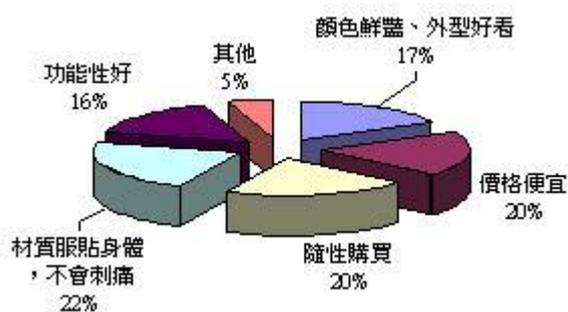


圖 4-7 填卷者購買胸罩是考慮的因素

如圖 4-7，女性在選購胸罩時考慮的原因是材質服貼身體，不會刺痛(22%)為第一，其次則是價格便宜以及隨性購買(20%)同時並列，其他的數據都很接近，選擇其他的則沒有寫出，由此可見女性在選購胸罩時最在乎的是材質問題。

如圖 4-8，62%一半以上的女性是在一年以上才會想更換以及購買胸罩，其次是 12%隨意更換，想買就買與第一的落差很大，少數的 2%則是 1 至 3 個月就做更換，可見女性對於胸罩的壽命無充分的瞭解。

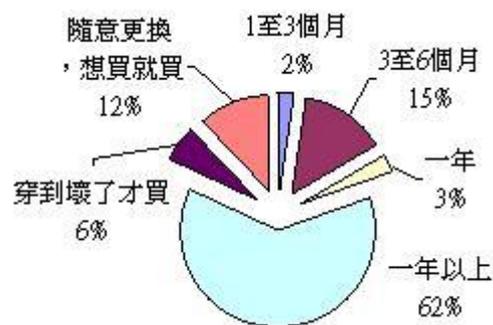


圖 4-8 填卷者更換以及購買胸罩時間

參●結論

在這次的研究以及問卷當中，讓我們瞭解現代的女性在挑選胸罩時大部分都會在百貨公司挑選，若在其他的地方挑選也都是選擇有品牌的胸罩，原因是因為較於雜牌的胸罩耐穿，在購買時多數的女性還是在乎胸罩的功能性是否能夠使胸型好看、使得胸部不變形、走樣為主，想藉由胸罩上的功能去托引出自己的胸型、弧度、曲線，只有少數較年輕部分的女性只選擇顏色鮮豔或是價格便宜，不在乎對胸部所產生的影響。

這更能夠顯示胸罩的款式與功能和女性的胸部是有密切的關係在，它不單單只是女性的內在美，更是能夠使女性展現魅力的重要人物，而在女性褪下外衣時所看見的就是一件內在美，它能夠影響女性的心情，也是女性展現魅力的秘密武器。好的胸罩能使女性的胸部向上托高，擁有集中的胸部曲線，而壞的胸罩只會讓在女性身上留下敗筆，也可能只終止女性曲線的殺手。

肆●引註資料

- 1、三采文化(2001)。私房豐胸祕笈。臺北市：三采文化。
- 2、劉菁(2004)。輕鬆買對內衣。臺北縣：動能文化。
- 3、何嘉文(2006)。內衣達人。臺北市：華文網。
- 4、尹玫瑰(2001)。選對 CUP 魅力 UP。臺北市：如何。
- 5、豐滿型胸型_內衣_時尚_阿邦網。2011 年 3 月 27 日，
<http://neiyi.abang.com/od/chaoliudapei/ig/xiongxing--xu/fengman.htm>。