

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 醫療保健 來源 民生報 日期 840721 版面 三一版

根據女性健康需求 開發防振產品

運動內衣 其來有自

記者 華曉玫／報導

●國內女性健身的風氣逐漸打開，提供女性運動內衣前所未有的市場空間。

或許有人會問：運動時難道不可以穿一般內衣嗎？其實這是保護程度的問題。如果你是個經常運動的人，專業的運動內衣是比較具有防振效果的。

女性在運動時，由於乳房是個懸掛型器官，固定於胸大肌上，在無支撐保護的情況下，若是長時間振動，易引發胸大肌撕傷。尤其對於胸部豐滿的女性，更容易造成胸部下垂問題。因此針對不同運動的振動程度，穿著專業內衣加以支撐是有必要的。

美國著名女性運動專用內衣 CHAMPION JOGBRA，其實就是兩位女性運動員因為個人切身需求，於十五年前開發出的商品。當她們跑步時，感到需要一件更好的胸衣來支撐胸部的振動。那時候，女性運動員幾乎都是穿著兩件普通胸衣或是一件小於胸部的胸衣，來支撐振動的胸部。有人甚至用繃帶將胸部綁緊。

這兩位女性運動員相信一定有更好的辦法，她們試著縫製了兩件女性運動內衣，也就是 JOGBRA 的原型。

結合高科技紡織技術的發展，CHAMPION 運動內衣在設計上有兩項主要概念，一是女性在從事任何強度的運動時，應該不受胸

部振動的影響，而享有充分的自由。二是透過科學的研究、相關專業工程的設計，及有效運用高科技精緻織品材料，都能解決胸部振動及濕度穿透管理的問題。

因此該品牌運動內衣研發出兩種重要系統，一是振動控制要求系統（MCR），一是溫濕度管理系統（MMS）。

MCR 系統設定了高、中、低度三種振動要求，屬於高度的運動有籃球、體操、跑步、足球、排球、高衝擊有氧舞蹈等。屬於中度的有動走、划船、網球、踏板有氧、爬樓梯等。低度有騎腳踏車、保齡球、高爾夫球、走路、重量訓練等。

MCR 系統就是以科學方法測試女性在運動時胸部振動所需的支撐量，設計出不同支撐程度的內衣，並清楚標示各種胸部尺寸

運動時所需支撐量，好讓消費者很快找到最適合的運動內衣。

至於 MMS 系統，則是結合高科技材質，如涼爽麥絲（COOLMAX）、莎普蕾絲（SUPPLEX）等，巧妙應用於不同部位，使得汗水能快速排離皮膚，保持乾爽，並且在裁縫上注意接縫、收邊細節，避免運動時因振動而致摩擦皮膚。

不過值得注意的是，真正的運動內衣因其設計具有特定目的，並不宜當作一般內衣穿著。業者

楊柳玲建議，應該是要運動時，將運動內衣當作跟韻律服、球鞋或其他運動工具一樣的必然配備隨身攜帶，運動前換上。

楊柳玲特別強調，正在發育中的學齡女孩，上體育課時，可能更需要穿著運動內衣，以保護胸部的正常發展。

◆運動內衣必須合乎舒適性與防振要求，材質以能夠迅速排汗乾爽為佳。

