

# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 運動醫療 來源 聯合報 日期 96. 9. 12 版面 A十八版

## 運動胸罩罩不住 想辦法撐

【編譯呂理銓／報導】英國一位科學家十日公布的研究顯示，婦女運動時，乳房得不到需要的支撐，導致胸部疼痛。

英國每日鏡報報導，朴次茅斯大學科學家喬安娜·史柯爾的研究發現，英國婦女不管雙峰大小，四成五到六成運動時都有胸部疼痛經驗，即使是A罩杯婦女，也會和F罩杯婦女一樣，因胸部疼痛而放棄運動。運動時，乳房跳動幅度高達廿一公分，也比過去研究測量的最多十六公分要大。

戴胸罩的目的是防止乳房跳動，但史柯爾的研究顯示，運動時乳房也左右內外移動，一般胸罩的設計無法因應。她還發現，慢跑時乳房的跳動幅度與衝刺快跑時一樣大。

史柯爾說：「真的有很多婦女想運動卻找不

到適合的胸罩。我認識一個十六歲的少女，她入選地方籃球代表隊，但卻被迫放棄，因為她找不到能讓她打籃球的胸罩。」

她強調：「胸部大小和運動造成的痛苦是婦女運動的真正障礙。」

史柯爾正與英國和世界其他地方的胸罩製造商合作，想設計出一種胸罩，能夠減緩乳房跳動，降低痛苦因素。

史柯爾從大學師生、體育館、外科醫院徵召了七十名婦女進行這項兩年的研究。朴次茅斯大學說，這是歷來最廣泛的乳房尺寸研究，研究對象的雙峰尺寸從A罩杯到雙J罩杯都有。

史柯爾說：「如果婦女運動時穿戴正確的支撐物，就可少用止痛藥，婦女也因此積極運動，過健康的生活。」