

无袖女装成为岛城今夏主流单品 清凉潮流背后藏着身材焦虑与穿搭和解

□记者 姚舜妤 文/摄



入夏以来，舟山气温持续走高，走进商圈各大女装门店，无袖上衣、连衣裙、马甲占据半壁陈列，成了今年夏日绕不开的时尚单品。近日，记者走访新城商圈数家女装门店，发现无袖爆火的背后，是极简松弛风的流行、高温天气的刚需，却也裹挟着本地消费者浓浓的身材顾虑。

不少市民一边吐槽“市面上好看的新款都是无袖”，一边又有人爱上无袖利落大气的气场；年轻女孩大胆尝试，中年群体普遍保守抗拒。商家也在不断改良版型、优化剪裁，推出微飞袖、宽肩笼、亚麻遮肉款平衡市场需求。

无袖席卷今夏： 潮流轮回叠加松弛需求

走进新城凯虹广场“月半而美”女装店，陶店长指着满架裙装坦言：“无袖款式从去年起热度攀升，今年直接大爆发，我们家几乎每一组陈列都有好几款无袖。”此外，多家女装门店店长表示，近两年无袖上新量显著上涨，已经成为夏装主流单品。

这股风潮并非凭空而来。一是高温天气刚需，舟山盛夏动辄三十五六摄氏度，无袖剪裁去掉多余布料，肩颈、手臂完全透气，比短袖更清爽，度假、日常出行适配度拉满。

第二则是时尚轮回与极简审美的回潮。陶店长介绍：“时尚本就是循环往复，无袖这类简约基础款隔几年就会重回主流，今年全国女装市场都在推松弛风，追求干净利落的线条，无袖就很能展现这种风格。另外也有名牌款式引导流行趋势的影响在。”

消费心态转变也是关键。年轻人穿搭主打“取悦自己”，松弛感成为核心诉求，不再执着紧身修身，偏爱宽松、垂感无袖，简单搭配牛仔裤、阔腿裤就能穿出氛围感。

陶店长还补充：“现在消费者都很理智，不会盲目被导购推销，真心喜欢无袖才会主动试穿。不少顾客说，无袖上身自带干练气场，通勤、出游穿都比短袖更出彩。”而门店热销款也印证潮流趋势：棉麻度假风无袖、纯色休闲款、改良新中式无袖、宽肩通勤马甲四大类销量遥遥领先。

流行背后争议不断： 手臂赘肉成最大痛点

无袖虽火，却始终绕不开大众的身材焦虑，记者采访中听到最多的抱怨，全围绕手臂线条展开。本地消费者的核心顾虑高度统一：“拜拜肉”、肩厚，还有职场着装限制、走光担忧两大现实难题。

“我一看到无袖就绕着走，胳膊上全是肉，穿出去太显壮了。”市民王女士道出多数中年人的心声。“我们店的顾客，五十岁以上的几乎全盘拒绝无袖，认为款式不够端庄，带孩子、日常买菜穿不合时宜。”陶店长说，“还有很多客人仅能接受微遮肉的小飞袖款，纯无袖基本不考虑。二十多岁年轻女孩对无袖接受度更高，但试穿时还是会顾虑手臂线条。”

新城凯虹“欧海一生”女装店店员崔女士总结门店顾客反馈：“很多顾客一看见无袖直接摆手拒绝，说‘我不穿露胳膊的’；还有一些体制内上班族，因单位着装有要求，也基本谢绝无袖、吊带。”

除此之外，袖笼过大容易走光，也是无袖女装的一大槽点，不少顾客进店会询问是否需要搭配美背、内搭。

街采中也有市民分享踩雷经历。市民陈女士前阵子购入一件雪纺挂脖无袖上衣，结果袖笼剪裁过大，抬手就容易走光，“不想再去费心找一件好看的内搭，只能闲置衣柜。”

也有很多店家反映，听到不少消费者吐槽无袖款式泛滥的现状：逛遍整条街，好看的裙子全是无袖，想找一件合身短袖太难了。

但矛盾的是，吐槽归吐槽，只要版型合身、能修饰身材，依旧有大量顾客愿意买单。陶店长坦言：“版型优大于弊时，大家愿意包容手臂小缺点，整体穿搭的干练气质，足以掩盖局部不完美。”

新城凯虹“木花巷”女装的郑店长则表示，店铺客群喜好分化清晰，不接受无袖的顾客，导购会直接推荐短袖单品，不会强行推销。新城宝龙的“有时”女装店店员则介绍，店内有袖和无袖服装比例均衡，也有本不接受无袖的客人在试穿后觉得效果不错而购入的情况。

接纳身材多元 不必追赶潮流勉强自己

面对消费者的身材顾虑，门店导购们也总结出一套实用遮肉穿搭技巧，兼顾美观与舒适，更传递出“与自己身材自洽”的穿搭理念。

一是选择改良无袖设计，从源头弱化身材短板。目前市面上的无袖女装主推三类改良版型，一是微飞袖，袖笼边缘延伸一小截布料，轻轻遮挡上臂赘肉，不会加宽肩膀，是很多门店客人接受度最高的款式；二是宽肩笼无袖，腋下剪裁向内收，留出宽松余量，避免勒出副乳，肩线适度加宽，弱化斜方肌厚重感；三是两件套组合，背心内搭搭配薄款透视长袖罩衫，兼顾清凉与遮挡，通勤、日常都适配。

面料上优先选宽松垂感面料：亚麻、天丝、雪纺垂坠布料自带松弛感。避开紧身针织、硬挺面料，减少贴身暴露赘肉。

选好版型也能转移视觉重心：选V领、方领拉长颈部线条，搭配高腰阔腿裤、A字长裙，把视线转移到腰线、下半身；细吊带则搭配无痕美背、抹胸内搭，袖笼过大的款式搭配同色系打底，兼顾时尚与得体。

当然，最重要的是穿搭内核：舒适大于潮流，接纳真实的自己。

走访过程中，多位店长提到同一个观点：穿搭从来不需要勉强迎合流行，不必为了追赶无袖风潮，强迫自己接纳不自在的款式。

时尚从来没有标准答案，无袖只是今夏众多单品之一，不必因为流行就跟风购入。肩膀宽厚、手臂有肉、职场着装受限，都有更适配的替代款式；若真心喜欢无袖的清爽利落，也可以借助改良版型、搭配技巧自在驾驭。穿搭的本质，是与自身身材和解，放下对局部瑕疵的过度纠结，舒展自信的状态。

夏日穿搭 | 无袖更容易出彩

选择无袖版型的关键：转移焦点 + 制造视觉延伸线

1 先判断你的主要情况

A 手臂均匀有肉，但肩线好看

上臂有肉感，但肩头不塌，肩线清晰。

B 手臂松软（拜拜肉），肩也偏圆

上臂松软，有拜拜肉，肩头圆润，肩线不明显。

C 手臂纤细，肩窄 / 头大

手臂纤细，但肩窄或头部比例偏大，容易头重脚轻。

2 情况A：手臂均匀有肉，但肩线好看

A-例1 坎肩式 / 套袖式无袖

盖住肩头

遮上臂最粗处

线条利落更显瘦

套袖设计延伸肩线，自然遮肉更显利落。

A-例2 深V + 宽肩带

V领拉长颈部

宽肩带分散对手臂关注

肩带>2.5cm，更稳当，视觉拉长颈部线条。

A-避开 紧身细肩带 / 小飞袖

容易像内衣

横向放大上臂

细肩带集中注意力到手臂，小飞袖横向扩张更显壮。

3 情况B：手臂松软（拜拜肉），肩也偏圆

B-例1 硬挺H型无袖 + 超薄针织开衫

有筋骨，不贴身

外搭轻薄不增厚

最稳妥最利落

硬挺面料修饰轮廓，薄针织轻搭不增加体积。

B-例2 斜裁吊带 + 轻薄外套（或衬衫系腰）

外搭材质比内搭更轻薄

制造层次

弱化手臂松松感

斜裁贴合身体，轻薄外套（或系腰）转移焦点，自然弱化手臂线条。

B-避开 软塌贴身无袖、厚重外搭

软塌贴身暴露赘肉

厚重外搭显臃肿

内搭贴身显肉，外搭厚重压身材，更显臃肿笨重。

通用小TIPS 选面料：棉麻、雪纺、垂感更利落 选领型：V领、方领、长项链，拉长整体比例 配饰转移焦点：耳环、项链、帽子、包包，向上转移注意力

资料图片