**รูปร่างแอปเปิล**

**รูปร่างแบบแอปเปิ้ลเป็นลักษณะที่มีความโดดเด่นบริเวณช่วงบนของร่างกาย โดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงล่าง บุคคลที่มีรูปร่างลักษณะนี้มักจะมีไหล่ที่กว้างและหน้าอกที่มีขนาดใหญ่กว่าสะโพก น้ำหนักส่วนใหญ่จะกระจุกตัวอยู่บริเวณหน้าท้อง ทำให้บริเวณนั้นมีความโดดเด่นเป็นพิเศษ**

**เคล็ดลับการแต่งตัวสำหรับคนที่มีรูปร่างแบบแอปเปิ้ล**

ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษในการเลือกเสื้อผ้า โดยควรเลือกเสื้อผ้าที่ช่วยสร้างความสมดุลและเบี่ยงเบนความสนใจจากบริเวณหน้าท้อง เช่น เสื้อคอวีลึก หรือเสื้อคลุมยาว การใส่กางเกงทรงตรงสามารถช่วยเสริมสร้างลุคให้ดูเพรียวขึ้นได้ แนวคิดหลักคือการเน้นที่จุดเด่นของคุณ เช่น เรียวขาสวยๆ หรือเลือกสวมใส่ชุดที่ช่วยสร้างภาพลวงตาของลำตัวที่ยาวขึ้น ด้วยการจัดการที่ดีนี้ จะช่วยให้คุณสามารถแสดงออกถึงความมั่นใจและความงามของรูปร่างในแบบฉบับของตัวเองได้อย่างเต็มที่

* เลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่พอดีกับตัวและไม่รัดแน่นจนเกินไป
* หลีกเลี่ยงเสื้อผ้าที่รัดที่เอวหรือสะโพก
* เลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่มีสีเข้มหรือลายพิมพ์เล็กๆ ที่บริเวณหน้าท้อง
* สวมใส่เสื้อคอวี เสื้อคลุมยาว เสื้อเอวสูง และกางเกงทรงตรง
* โชว์เรียวขาสวยๆ ด้วยการสวมใส่กระโปรงหรือกางเกงขาสั้น
* คุณยังสามารถเล่นกับเครื่องประดับ เช่น สร้อยคอและต่างหู สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการดึงดูดความสนใจไปที่ใบหน้าหรือที่ขาหากคุณมีขาที่สวยงาม
* เสื้อผ้าที่ดีที่สุดสำหรับรูปร่างแบบแอปเปิ้ลคือเสื้อทรงเอ สวมใส่[ชุดเดรส](https://www.sanook.com/women/27729/)ลายพิมพ์หรือแจ็คเก็ตที่มีลวดลายเพื่อเพิ่มเลเยอร์และเบี่ยงเบนความสนใจ ลุคแบบโมโนโครม, สีเข้ม, ชุดเดรสแขนยาว เสื้อท่อนบนพลิ้วไหวจะช่วยได้ คุณยังสามารถใส่กางเกงทรงบาน

**เสื้อผ้าที่ควรเลี่ยง**

หลีกเลี่ยงการสวมใส่ชุดเดรสหรือเสื้อรัดรูปกับกางเกงยีนส์ทรงสกินนี่ เพราะจะทำให้หน้าท้องดูเด่นชัดขึ้น ควรใช้เข็มขัดคาดเอวสูงแทนเข็มขัดปกติเพื่อสร้างความสมดุล

***ด้านบน:***

-เสื้อรัดหน้าท้อง/เสื้อทรงเบบี้ดอลล์

-เสื้อตัวบนมีแถบแนวตั้ง

-เสื้อแขนกว้างที่ยาวเลยบริเวณหน้าท้อง

***ด้านล่าง:***

-กระโปรงทรงเอเอวสูงที่เข้ารูปบริเวณส่วนที่บางที่สุด

-กระโปรงหรือกางเกงที่มีลายทางแนวตั้ง

***ชุดเดรส***

-เดรสลายทางแนวตั้ง

-เดรสมีเข็มขัดที่สามารถใส่ตรงจุดที่บางที่สุดได้

***เครื่องประดับ:***

-เข็มขัดที่ส่วนที่บางที่สุดของคุณ

-ต่างหูขนาดใหญ่ที่ดึงดูดความสนใจขึ้นไปข้างบน

-รองเท้าสวยๆ เช่น รองเท้าส้นเตารีดที่ทำให้ขาดูยาวขึ้นและดึงความสนใจออกไปจากช่วงกลางลำตัว

- กระเป๋าหูหิ้วสีสันสดใสที่ถือลงมาข้างขา

**รูปร่างนาฬิกาทราย**

รูปร่างประเภทนี้ถือว่าเป็นรูปร่างที่สมดุลที่สุดในบรรดาประเภทรูปร่างทั้งหมด ด้วยความสมส่วนระหว่างช่วงบนและช่วงล่างของร่างกาย พร้อมกับเอวที่คอดชัดเจน ทำให้หุ่นนาฬิกาทรายโดดเด่นและเป็นที่ชื่นชม การเลือกชุดเดรสสำหรับรูปร่างนี้ควรคำนึงถึงการเสริมสร้างจุดเด่นของร่างกายที่สมดุลอยู่แล้ว เพื่อเพิ่มความสวยงามและความมั่นใจ รูปร่างแบบนาฬิกาทรายเป็นที่ต้องการของหลายคน - ขนาดสะโพกและหน้าอกเกือบเท่ากัน

**เคล็ดลับการแต่งตัวสำหรับคนที่มีรูปร่างแบบนาฬิกาทราย**

* เลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่พอดีกับตัวและเน้นเอวของคุณ
* สวมใส่ชุดเดรสทรงเอ หรือชุดเดรสทรงเพรียว
* ใช้เข็มขัดคาดเอวเพื่อเน้นเอวของคุณ
* สวมใส่กระโปรงทรงพลีท หรือกระโปรงทรงสอบเพื่อโชว์เรียวขาสวยๆ
* หลีกเลี่ยงการสวมใส่เสื้อผ้าที่รัดแน่นเกินไปหรือหลวมเกินไป

**เสื้อผ้าที่ควรเลี่ยง**

การใส่เสื้อหรือกางเกงทรงหลวมๆ อาจทำให้รูปร่างดูกลมตันและไม่สมส่วน

***ด้านบน:***

-เสื้อเบลเซอร์ทรงพอดีตัว

-เสื้อเบลาส์และเสื้อยืดเข้ารูป

-ยัดไว้ในเสื้อด้านบน

-เสื้อเอวลอย

***ด้านล่าง***

-กระโปรงทรงดินสอ

- กางเกงชั้นในทรงเอไลน์

-กางเกงเอวต่ำหรือเหนือเอว

-หลีกเลี่ยงกางเกงที่อยู่บริเวณสะโพก

-หลีกเลี่ยงกางเกงที่มีรายละเอียดบริเวณสะโพก

***ชุดเดรส:***

-พอดีตัวบริเวณเอว แต่ไหลลื่นออกทางหน้าอกและสะโพก

-เดรสเข้ารูปหรือเข้ารูปเล็กน้อย

-หลีกเลี่ยงการสวมชุดทรงกล่อง

***เครื่องประดับ:***

-สร้อยคอแบบสั้น หรือ สร้อยคอรูปตัววี

-หลีกเลี่ยงการสวมสร้อยคอทรงเหลี่ยมหรือสร้อยคอที่ห้อยต่ำและกว้างเหนือหน้าอก (โดยเฉพาะถ้าสร้อยคอยาวเลยหน้าอกลงมาเล็กน้อย)

-เข็มขัดเอวสีเข้ม

- หลีกเลี่ยงเข็มขัดกว้างและเข็มขัดที่อยู่บริเวณสะโพก

**รูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า**

รูปร่างแบบสี่เหลี่ยมผืนผ้าเป็นรูปร่างที่ช่วงบนและช่วงล่างของร่างกายมีความกว้างเท่ากัน รูปร่างแบบนี้ไม่มีส่วนโค้งเว้ามากนัก ทำให้ดูเรียบง่าย หากคุณมีรูปร่างแบบสี่เหลี่ยมผืนผ้า คุณสามารถเน้นช่วงไหล่และสะโพกเพื่อให้รูปร่างดูมีมิติมากขึ้น

**เคล็ดลับการแต่งตัวสำหรับรูปร่างแบบสี่เหลี่ยมผืนผ้า**

หากคุณมีรูปร่างแบบสี่เหลี่ยมผืนผ้า สิ่งสำคัญคือต้องเน้นส่วนไหล่ และสะโพกเพื่อให้รูปร่างดูมีมิติมากขึ้น คุณสามารถเน้นช่วงไหล่ด้วยเสื้อคอวี เสื้อที่มีดีเทลที่ไหล่ หรือเสื้อกล้าม คุณสามารถเน้นช่วงสะโพกด้วยกางเกงทรงเอ กระโปรงทรงเอ หรือกระโปรงทรงสอบ นอกจากนี้คุณสามารถเน้นช่วงแขนและขาของคุณได้เช่นกัน คุณสามารถสวมใส่เสื้อแขนยาวหรือเสื้อคลุมที่มีดีเทลที่ช่วงแขน หรือสวมใส่กางเกงขายาวหรือกระโปรงที่มีรายละเอียดที่ช่วงขา

* เลือกใส่เสื้อผ้าที่เน้นช่วงไหล่และสะโพก เช่น เสื้อคอวี เสื้อที่มีดีเทลที่ไหล่ หรือกางเกงทรงเอ
* หลีกเลี่ยงการสวมใส่เสื้อผ้าที่รัดรูปเกินไปหรือหลวมเกินไป
* ใส่เข็มขัดคาดเอวเพื่อเน้นเอว
* สวมใส่เสื้อผ้าที่มีลวดลายหรือสีสันเพื่อดึงดูดความสนใจไปที่ส่วนไหล่และสะโพก

**เสื้อผ้าที่ควรเลี่ยง**

ควรหลีกเลี่ยงการสวมใส่ชุดเดรสที่หลวมเกินไป เนื่องจากจะทำให้รูปร่างของคุณดูตันและดูไม่ดี

***ด้านบน:***

- สวมใส่เสื้อผ้าสีเข้มบริเวณเอว เช่น เข็มขัดหรือขอบเอวสีเข้ม และ - สวมใส่เสื้อผ้าสีสันสดใสบริเวณส่วนบนและส่วนล่างของร่างกาย

-กำหนดเอวด้วยเข็มขัดหรือติดไว้ในเสื้อผ้า

-คอเสื้อทรงกลม เช่น คอเสื้อตัก หรือ คอเสื้อประดับอัญมณี ถือเป็นตัวเลือกที่ยอดเยี่ยม

-แขนประดับแขนพับขึ้น แขนจั๊ม หรือแขนหลวมและกว้าง รวมถึงแขนบาน แขนเจ้าหญิง แขนพอง หรือแขนระบาย

- หลีกเลี่ยงแขนเสื้อทรงไม่เข้ารูปหรือพอดีตัว

-หลีกเลี่ยงเสื้อตัวบนที่ยาวถึงเอวหรือประดับตกแต่ง

***ด้านล่าง:***

-ใส่กางเกงเอวสูง

-เลือกสไตล์ที่พอดีตัว

***ชุดเดรส:***

- สร้างส่วนโค้ง - สวมชุดที่มีโครงสร้างดี

-หลีกเลี่ยงการใส่ชุดที่ไม่มีรูปทรง ขนาดใหญ่เกินไป หรือใหญ่เกินไป

**รูปร่างลูกแพร์**

รูปร่างแบบลูกแพร์เป็นรูปร่างที่สะโพกและต้นขาใหญ่กว่าช่วงบนของร่างกาย รูปร่างแบบนี้เป็นรูปร่างที่ได้รับความนิยมมากในปัจจุบัน เนื่องจากมีส่วนโค้งเว้าที่สวยงาม

**เคล็ดลับการแต่งตัวสำหรับคนที่มีรูปร่างแบบหุ่นลูกแพร์**

วิธีที่ดีที่สุดคือพยายามปรับสัดส่วนให้สม่ำเสมอโดยเน้นที่ส่วนบนของร่างกาย (คอเสื้อ หน้าอก ไหล่ และเอวที่ได้รูปมากขึ้น ในขณะเดียวกันก็ลดและทำให้ส่วนล่างของร่างกาย (สะโพกและต้นขา) ดูเล็กลง

**เคล็ดลับการแต่งตัวสำหรับรูปร่างแบบลูกแพร์**

* เลือกใส่เสื้อผ้าที่พอดีกับสะโพกและต้นขา และหลีกเลี่ยงกางเกงที่รัดแน่นเกินไปหรือหลวมเกินไป
* สวมใส่กางเกงทรงกระบอก กางเกงทรงบาน กางเกงทรงเอ หรือกางเกงทรงพาลาซโซ
* สวมใส่เสื้อผ้าที่เน้นส่วนบนของร่างกาย เช่น เสื้อคอวี เสื้อที่มีดีเทลที่ไหล่
* ใช้เข็มขัดคาดเอวเพื่อเน้นเอว
* หลีกเลี่ยงการใส่เสื้อผ้าที่พองใหญ่มากเกินไปบริเวณหน้าอก เนื่องจากจะทำให้ช่วงบนของร่างกายดูใหญ่ขึ้น
* สวมใส่รองเท้าส้นสูงเพื่อช่วยยืดขากให้ดูยาวขึ้น

**เสื้อผ้าที่ควรเลี่ยง**

ควรหลีกเลี่ยงการสวมใส่เสื้อรัดรูป คอวี และกางเกงทรงหลวม

**ด้านบน:**

-เสื้อคอสูง คอปิด คอกลม คอตั้ง คอเต่า และคอปาด

-เสื้อสีอ่อน

-เสื้อตัวบนที่มีระบาย พิมพ์ลายโดดเด่น ลายทางแนวนอน ตกแต่ง หรือลวดลาย

-เสื้อตัวบนมีแขนรวบหรือแขนพอง

-เสื้อมีกระเป๋าหน้าอก

- แจ็กเก็ต เสื้อตัวบน และเดรสที่มีไหล่ที่ชัดเจน

**ด้านล่าง:**

-กางเกงสีเข้ม (ไม่ใช่แค่สีดำกรมท่า สีเบอร์กันดี สีช็อกโกแลต สีถ่าน สีพลัม สีเขียวเข้ม และสีสนิมเข้มก็ใช้ได้เช่นกัน)

-บานออกตั้งแต่เอวหรือกางเกงทรงเอไลน์

-เดรสและกระโปรงเอวช่วยซ่อนสะโพกและเพิ่มมิติให้กับเอว

- หลีกเลี่ยงก้นทรงเรียวหรือตรง

-หลีกเลี่ยงการประดับตกแต่งและรายละเอียดกระเป๋าที่เด่นชัดบริเวณก้น

**ชุดเดรส:**

-เดรสลายทางแนวตั้งหรือทรงเอไลน์

-เดรสรัดเอว

**เครื่องประดับ:**

-ต่างหูและสร้อยคอหนาๆ เพื่อดึงดูดสายตา

* <https://dressblank.com/blogs/news/the-five-body-types-apple-pear-hourglass-rectangle-and-inverted-triangle-and-how-to-best-dress-for-your-body-type>
* <https://www.sanook.com/women/244457/>