



 inparents®



使用說明書



PöpNgo
輕旅揹帶

重要！保留以備參照：請詳細閱讀

未遵循製造商的使用指示，可能造成嚴重傷害或死亡。請在使用嬰兒揹巾前，詳讀並按照此說明書指示使用，並遵循原廠建議的嬰兒體重範圍使用。絕對禁止在嬰兒未滿 3.6kg 前、早產兒、及出現健康狀況的嬰兒，在未諮詢專業醫護人士意見的情況下使用此嬰兒揹巾。使用揹帶時務必隨時注意嬰幼兒。



警告 | 跌落與窒息危險

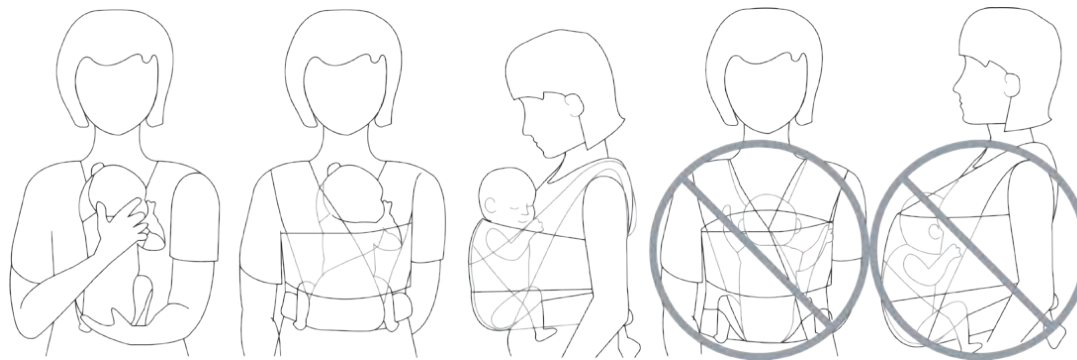


跌落危險

當揹帶太鬆時，嬰兒可能從過大的空隙跌落揹巾外。
每次使用前，確保所有插扣安裝穩固且無破損。
調節調整帶的緊度，確保緊密包覆嬰兒腿部。
彎腰及行走時請特別注意安全。勿直接彎腰。
此揹帶只能用於嬰兒 3.6 公斤至 15.9 公斤。
嬰兒 3.6 至 5.5 公斤的階段需搭配使用新生兒墊。

窒息危險

早產兒、有呼吸道疾病的嬰兒及 4 個月以內嬰兒使用此商品時如果臉部緊貼著穿戴者身體，可造成窒息危險。
勿將嬰兒與穿戴者之間綁得太緊。
應讓嬰兒頭部保留空間能轉動。
確保嬰兒口鼻在揹巾內任何時刻都沒有遮蔽。
勿讓嬰兒睡著時使用面對世界的揹法。



對於早產、體重過輕和出現健康狀況的嬰兒，在使用本產品前，請諮詢專業醫護人士的意見。
4個月以內的嬰兒在揹巾內可能還需要頭部支撐，且必須使用面向穿戴者的揹法。

如果你對使用本產品有任何疑問，請諮詢醫生的意見。請在組裝和使用本產品之前，仔細閱讀所有使用說明。

為防止嬰兒墜下而造成傷害，請確保你的孩子已安全地放置在本產品內。確保你孩子的下巴不是緊貼在他的胸前，否則可能會造成呼吸受阻而導致窒息。不要把嬰兒向自己的身體束綁得太緊，時常檢查孩子的狀況，確保在一段時間後重新調整孩子的姿勢。避免孩子超過一個小時維持同一個姿勢，並允許孩子可以活動。在揹巾裡面時，注意是否有壓迫阻礙血液循環的狀況，頻繁檢查孩子腿下並無壓迫，提高孩子膝蓋並移動腳踝，讓孩子的膝蓋高於屁股，確保孩子重心在屁股上。

每次使用前，請檢查所有扣具、肩帶和調整部位是否穩妥，檢查接縫處有否裂開、揹帶或縫線是否破損，以及扣件有否損壞，若有損壞請停止使用。若零件遺失或損壞，停止使用揹帶。

嬰幼兒以及照護者之移動，可能對照護者之平衡產生不利影響，若因為運動、嗜睡、或其他健康原因而影響平衡或步行時，請不要使用本產品。進行體育運動時，如跑步、騎單車、游泳和滑雪等，請不要使用本產品。揹帶適用於休閒活動，運動時不得使用。烹煮或清潔時，因為可能會接觸到熱源或化學品，所以請不要使用本產品。注意居家環境之危害，例：熱源、熱飲濺出。正在駕駛或作為汽機車乘客時，請不要使用本產品。

小心不要讓嬰兒過熱，這在高溫環境下或當嬰兒發燒時尤其重要。請留意當你的孩子變得更加好動時，你孩子從本產品內掉下來的風險會增加。

本產品一次只能同時揹一個小孩，勿同時使用超過一個揹帶。在揹帶裡面親餵後，請將孩子的臉移開媽媽的乳房。不使用本產品時，請勿讓兒童接觸到。



洗滌方式

第一次使用前請先清洗。

低於 30°C 以溫和模式機洗，並縮短洗程與同色系衣服洗，掛乾，不可烘乾/漂白/乾洗/熨燙。

機洗前需扣起所有扣具後入洗衣袋，避免太陽直曬。手洗陰乾，使用中性洗滌劑，避免刷洗，能延長商品壽命。



嬰兒姿勢 - 5.C.M. 嬰兒揹巾穿戴信賴指標

嬰兒的骨骼關節需數個月的發展才能夠支撐起嬰兒獨立的坐姿及站姿。當我們揹著孩子時，需尊重孩子脊椎與髖關節發育，才能促進健康的發展。我們的揹巾設計，以嬰兒發展科學為基礎、結合兒童職能治療師與揹巾顧問團隊的專業，提供嬰兒能長時間在揹巾裡維持良好、促進健康發展的嬰兒期人體工學姿勢；同時，揹巾設計符合嬰兒揹巾穿戴信賴指標「5.C.M.」帶給嬰幼兒與穿戴者缺一不可的：安全、健康、與舒適。

5.C.M 信賴指標特別針對 6 個月以內嬰兒揹巾穿戴建議：

「5」- 揹巾安全 5 字訣 — 緊（與寶寶貼得夠緊）、看（隨時能查看孩子口鼻）、頭（揹在大人低頭親得到孩子頭的高度）、胸（嬰兒下巴需遠離嬰兒胸口）、背（嬰兒背部支撐完整）。

「C」 Curve 嬰兒期自然曲線 — 透過揹巾維持嬰兒所需要符合人體工學的自然曲線。

「M」 嬰兒腿部呈現 M 字腿 — 從嬰兒身後看起來呈現 M 字型（膝蓋高過屁股），讓大腿獲得足夠支撐、髖關節維持快速發展所需的最自然姿勢，避免造成髖關節不當受力，預防髖關節發育不良的可能性。



參考來源 babywearing.tw

血液循環

揹巾裡良好穩定的乘坐區，可將孩子的重量均勻的分佈在大腿及臀部上，促進良好的血液循環。按照使用說明指示並且隨時觀察孩子的姿勢與狀況，你將可以放心地確保孩子的安全。孩子腿下的布料應盡可能的完整包覆住孩子的臀部及大腿。你可以將手指放在孩子膝蓋下感受布料的彈性是否過緊造成壓迫，並檢查孩子腳底的溫度。若你發現腳底溫度低或變色，請重新調整孩子的姿勢。

過度刺激

嬰兒很容易在家長未察覺的情況下，因為所在的環境因素造成過度的感官刺激。在揹巾裡，當孩子面對著你、或是面對著世界，會獲得完全不一樣的感受刺激。在孩子未滿 5 個月以前，我們建議讓嬰兒面對著你，以獲得足夠的安全感。5 個月後可以開始嘗試以面對世界的方式揹著，但對於幼小的嬰兒來說，很容易因為過多視覺跟聽覺紛擾造成過度刺激，且面外揹的時候，大人往往無法觀察小孩發出的訊息，無法及時提供安撫或休息，建議每次面外揹時，以 20 分鐘做一個休息的單位。

嬰兒揹巾裡的髖關節健康



不正確的髖關節姿勢

髖關節伸展姿勢 - 在揹巾裡可能造成不良血液循環，並且不是理想髖關節發展姿勢。



良好的髖關節姿勢

髖關節屈曲姿勢 - 在揹巾裡可促進良好的髖關節發育。

嬰兒前 12 個月在揹巾裡的姿勢變化參考



0-3 m

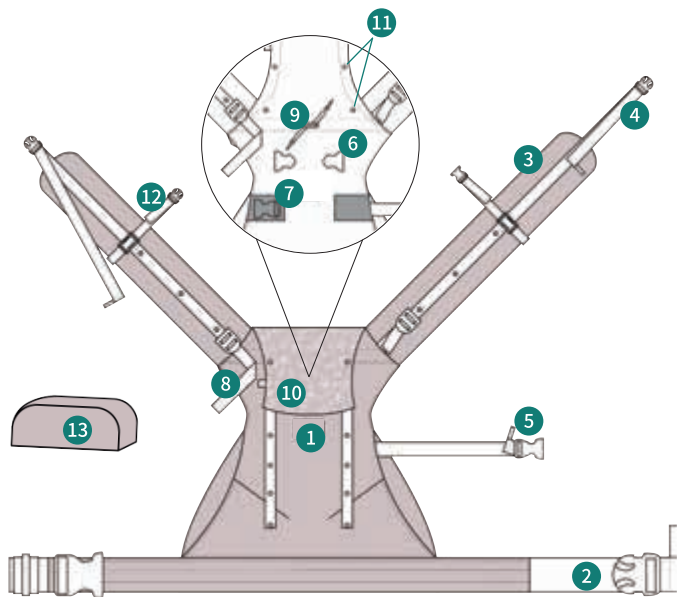
3-6 m

6-9 ms

9-12 m+

穿戴者的健康

揹孩子的舒適度及重量感受，將因為孩子的體重及不同揹法姿勢有所不同。越早開始揹孩子，你的身體體能將越能適應揹孩子的需求，但孩子成長非常的快速，、正確的調整揹巾讓孩子的重量能搭配你的身體十分重要，適度的休息也才不會讓你身體負擔不了。若揹負著孩子重量時會造成你持續的痠痛，請諮詢專業醫護人士的意見。



1. 洗滌說明布標 (位於反面)
2. 腰帶插扣
3. 肩帶
4. 肩帶插扣 (可扣於 5 或 6)
5. 側面錨點扣 (可收在 7 內)
6. 正面錨點扣
7. 隱藏口袋
8. 完美合身調整帶
9. 頸部調整帶
10. 帽兜
11. 帽兜固定扣
12. 胸扣 (領航式, 後揹時使用)
13. 新生兒增高墊

5 式揹法

0

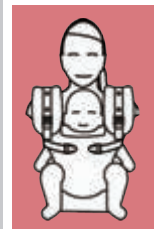


袋鼠式
(使用新生兒墊)
適合
0-3m
3.6-5.5kg

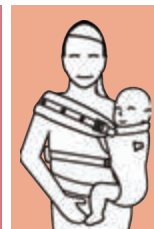
24



環抱式
適合
3m+
5.5-15.9kg



探索式
適合
6-12m
6.4-10kg



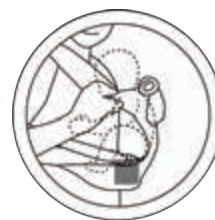
小猴式
適合
6m+
7.8-15.9kg



領航式
適合
6m+
7.8-15.9kg

內附新生兒增高墊

嬰兒 3.6~5.5 公斤期間
需搭配使用增高墊



內附揹巾收納袋



產品資訊

產品名稱: PöpnGo 輕旅 嬰兒揹帶

適用之嬰幼兒最小年齡: 0 歲或 3.6 公斤

最大重量: 24 個月或 15.9 公斤

材質: 布面 - 100% 棉 / 內裏 - 100% 聚酯纖維

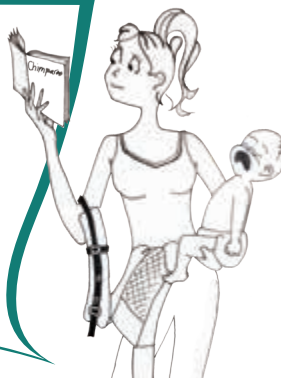
數量: 揹帶 - 1 入 / 新生兒增高墊 - 1 入 / 收納袋 - 1 入

在背上孩子前，先仔細看看這份使用說明、警告提醒、以及各影片示範，並且多練習揹巾的操作，這將幫助你對 PöpNgo 輕旅揹帶更熟悉。當你有足夠信心時，那就開始試揹寶寶吧！

第一次的試揹，建議要在你與寶寶都在平靜、好心情的時候，在床上或沙發上能提升安全感的方式進行。你也可以尋求另一位大人在身旁給予協助。

別太急，你也辦得到! :)

影片操作示範
inps.cc/
popngo_howto



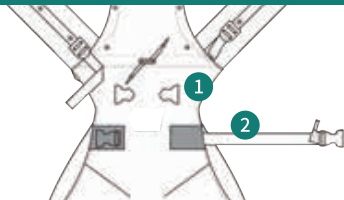
輕旅揹帶

輕便穿脫、說走就走!

- 操作簡單快速
- 適合各種場合及氣候
- 360°五式揹法
- 輕便好攜帶、內附收納袋
- 符合大人小孩人體工學

雙錨點人體工學揹負系統

提供正面及側面，雙插扣錨點選擇。可根據不同揹法、體型、及偏好需求，來選擇更合身、舒適省力的插扣位置。



雙向合身調節操作

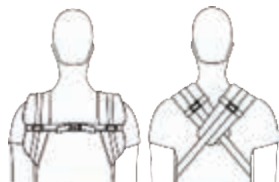
雙向調整拉帶能依照你喜好自由選擇操作的方法。特別在不同揹法時更能順手拉動調節帶。



雙肩帶扣法

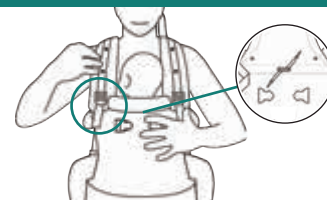
可依據個人操作習慣、與舒適度偏好，選擇以肩帶平行 (H型) 扣法，或交叉 (X型) 扣法。

身形較為窄小的穿戴者，建議可選擇肩帶交叉 (X型) 扣法。



完美合身調整功能

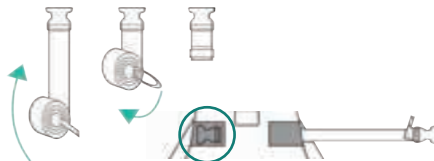
兩邊肩帶上的完美合身調整帶，可讓你在最後微調揹帶緊度時，輕鬆調整你與寶寶間的合身度。頸部調整帶，可拉緊打結後，為較小體型的寶寶調節合身度。



拉帶整理設計

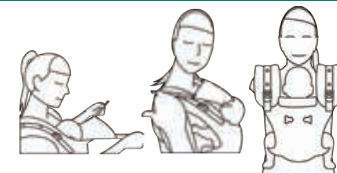
揹帶上多餘的拉帶若能整理好，會看起來更俐落。可在調整後，將多餘的拉帶捲起，利用尾端的鬆緊帶固定住。

揹帶主體上設計有2個隱藏口袋，能讓未使用的側面插扣收在裡面。



嬰兒頭頸支撐設計

可將兜帽捲起來固定，或拉平固定於肩帶上，以提供頭頸支撐。合適的緊度應預留一些空間，讓寶寶能自主轉頭且不壓迫口鼻。



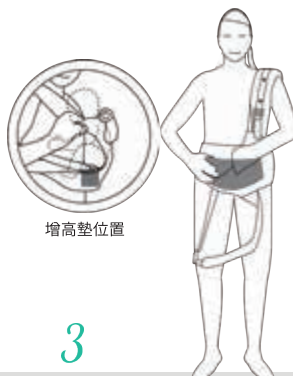
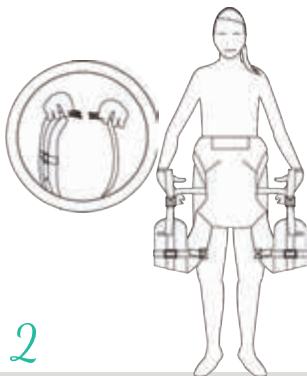
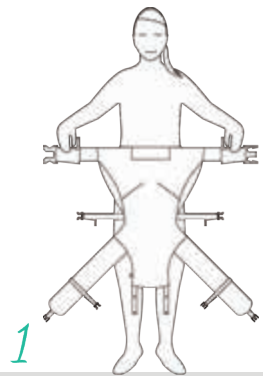
新生兒揹法

袋鼠式

愛的重量交給你，身體的重量交給輕旅

0-3 m

3.6-5.5 kg (需使用新生兒增高墊)



1 使用揹帶前，請檢視無損壞，並將所有扣具拆開、調整帶放鬆。

像似穿圍裙，提起揹帶並將腰帶扣在腰上，縫有布標的揹帶反面朝外。

腰帶邊緣的高度通常需要位於肚臍之上。

2 依據個人操作習慣、與舒適度偏好，選擇以肩帶平行(H型)扣法，或交叉(X型)扣法。

這裡示範H型扣法(下一頁將示範X型扣法)請將兩邊肩帶插扣，扣上同側的側面錨點，並先將兩邊調整帶拉緊至約一半的位置。若後續步驟因此感覺太緊，則先調鬆一些。

增高墊位置

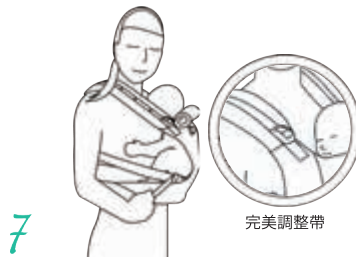
3 將其中一條肩帶放上一邊肩膀，接著將新生兒增高墊裝入揹帶底部的立體裁縫空間(安裝方向:增高墊的平面向自己、弧面向外)，準備將寶寶抱入揹帶中。

4 將寶寶面向著你抱起，從肩膀上沒有肩帶的那邊，慢慢將寶寶滑進揹帶中間。寶寶應該是跨坐在增高墊上，膝蓋自然抬起、雙腳自然垂下。確保寶寶沒有坐在他的腳上。

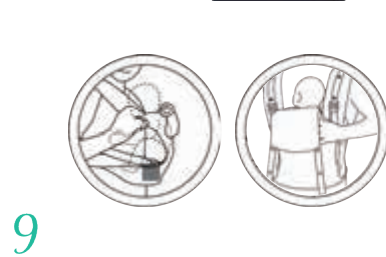
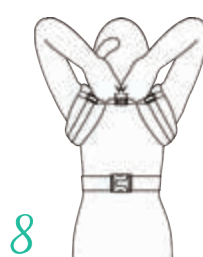


操作小技巧

將寶寶放入揹帶的過程中，你可以一手拉起寶寶背後的揹帶主體，維持好寶寶的座位空間。



完美調整帶



5 將另一邊肩帶套上肩膀。

觀察寶寶的位置: 寶寶頭頂應該位於你低頭就能親到的高度，如果親不到，必須將腰帶再墊高一些。

6 檢視寶寶的姿勢: 寶寶的膝蓋應高於他的臀部，從背後看來形成一個M字，確保重心在臀上。若需調整坐姿，雙手扶托寶寶的臀部，將其稍微往外移，同時將臀輕轉面向你，將膝蓋提高。

7 調整緊度: 一手扶著寶寶靠近你，另一手將肩帶調整至舒適且寶寶能被支撐住的緊度。完成兩邊肩帶調整後，你也可以利用肩膀上的完美合身調整帶做最後的緊度微調。

調整前，請注意自己的站姿，避免駝背或圓肩、挺肚子。不良站姿將影響產後恢復及揹負重量的舒適度。

8 調整完成後，扣上背後橫向的胸扣，並盡可能將胸扣位置移動到肩胛骨高度，並且拉緊調整帶至舒適。

9 您可將帽兜放開垂下，或捲好固定住，以提供寶寶頭頸額外支撐。若寶寶體型偏小、揹帶還是過鬆，可將頸部調整帶拉至合身緊度後，打結固定。合適的頸部支撐應預留一些空間讓寶寶還能自主轉頭，且不壓迫寶寶口鼻、保持呼吸暢通。

要取下寶寶時，請總是一手扶著，另一手先拆開胸帶及肩帶。寶寶放下後才將腰帶卸下。

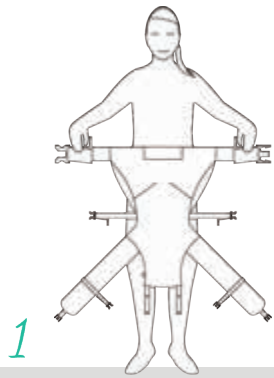
面內措法

環抱式

3 m+

5.5-15.9 kg

愛的重量交給你, 身體的重量交給輕旅



1

使用揹帶前, 請檢視無損壞, 並將所有扣具拆開、調整帶放鬆。

像穿圍裙, 提起揹帶並將腰帶扣在腰上, 縫有布標的揹帶反面朝外。

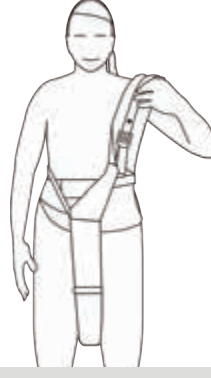
腰帶邊緣的高度通常需要位於肚臍之上。



2

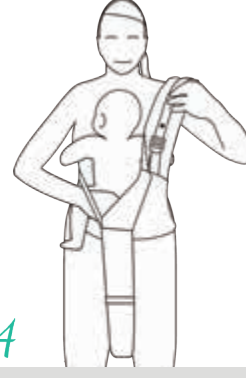
依據個人操作習慣、與舒適度偏好, 選擇以肩帶平行 (H型) 扣法, 或交叉 (X型) 扣法。

這裡示範 X型扣法: 先將兩邊調整帶拉緊至約一半的位置, 若後續步驟因此感覺太緊, 則先調鬆一些。接著將一邊肩帶插扣, 繞過背後, 並扣上另一側的側面錨點。



3

將此肩帶放上肩膀, 準備將寶寶抱入揹帶中。



4

將寶寶面向著你抱起, 從肩膀上沒有肩帶的那邊, 慢慢將寶寶滑進揹帶中間, 且腿在調整帶裡面。寶寶屁股應該坐入揹帶裡面、雙腿有布料支撐, 膝蓋自然抬起、雙腳自然垂下。



5

操作小技巧

將寶寶放入揹帶的過程中, 你可以一手拉起寶寶背後的揹帶主體, 維持好寶寶的座位空間。

觀察寶寶的位置: 寶寶頭頂應該位於你低頭就能親到的高度, 如果親不到, 必須將腰帶再繫高一些。



6

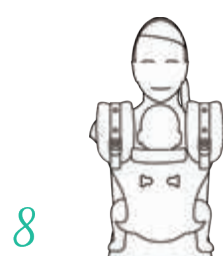
檢視寶寶的姿勢: 寶寶的膝蓋應高於他的臀部, 從背後看來形成一個 M 字, 確保重心在臀上。若需調整坐姿, 雙手扶托寶寶的臀部, 將其稍微往外移, 同時將臀輕轉向你, 將膝蓋提高。



7

調整緊度: 一手扶著寶寶靠近你, 另一手將肩帶調整至舒適且寶寶能被支撐住的緊度。完成兩邊肩帶調整後, 你也可以利用肩膀上的完美合身調整帶做最後的緊度微調。

調整前, 請注意自己的站姿, 避免駝背或圓肩、挺肚子。不良站姿將影響產後恢復及揹負重量的舒適度。



8

您可將帽兜放開垂下, 或捲好固定住, 以提供寶寶頭額額外支撐。若寶寶體型偏小、揹帶還是過鬆, 可將頸部調整帶拉至合身緊度後, 打結固定。合適的頸部支撐應預留一些空間讓寶寶還能自主轉頭, 且不壓迫寶寶口鼻、保持呼吸暢通。

要取下寶寶時, 請總是左手扶著, 另一手先拆開肩帶。寶寶放下後才將腰帶卸下。

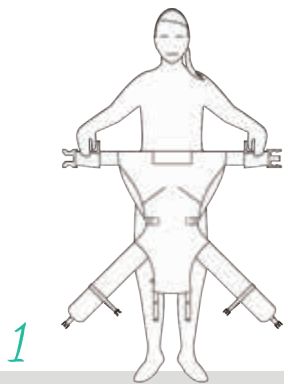


面外揹法

探索式

6-12 m
6.4-10 kg

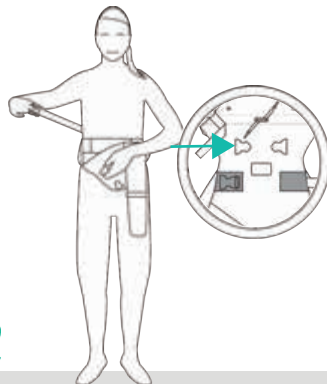
你輕盈，我輕鬆～自在的說走就走



1

將所有扣具拆開、調整帶放鬆。探索式使用正面錨點，可先將側面錨點扣收在隱藏口袋內。

像似穿圍裙，提起揹帶並將腰帶扣在腰上，腰帶邊緣的高度通常需要位於肚臍之上。



2

依據個人操作習慣、與舒適度偏好，選擇以肩帶平行 (H型) 扣法，或交叉 (X型) 扣法。

這裡示範 X型扣法: 先將兩邊調整帶拉緊至約一半的位置，若後續步驟因此感覺太緊，則先調鬆一些。接著將一邊肩帶插扣，繞過背後，並扣上另一側的正面錨點。



3

將此肩帶放上肩膀，準備將寶寶抱入揹帶中。



4

將寶寶背向你抱起，從肩膀上沒有肩帶的那邊，慢慢將寶寶滑進揹帶中間，且腿在調整帶裡面。寶寶屁股應該坐入揹帶裡面、雙腿有布料支撐，膝蓋自然抬起、雙腳自然垂下。



5

操作小技巧

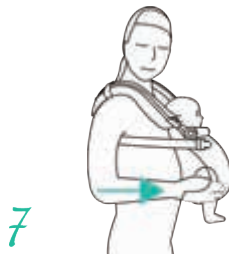
將寶寶放入揹帶的過程中，你可以一手拉起寶寶面前的揹帶主體，維持好寶寶的座位空間。



6

調整緊度: 一手扶著寶寶靠近你，另一手將肩帶調整至舒適且寶寶能被支撐住的緊度。完成兩邊肩帶調整後，你也可以利用肩膀上的完美合身調整帶做最後的緊度微調。

調整前，請注意自己的站姿，避免駝背或圓肩、挺肚子。不良站姿將影響產後恢復及揹負重量的舒適度。



7

寶寶在揹巾裡應該舒適地坐在布料的最深處、躺在你的胸/肚前的姿勢，確保重心在臀上。若需調整坐姿，雙手扶托寶寶的臀部，將其向外輕轉，膝蓋提高。



8

當寶寶的頸部發育已完成且強壯有力、能穩定獨自支撐頭部時，我們可以開始短時間嘗試探索式揹法。為了避免幼小嬰兒接收太多感官刺激，我們建議以 20~30 分鐘為一個單位讓寶寶轉回面向大人休息；或當發現寶寶疲憊時即轉回面對家長。為確保嬰兒呼吸道順暢，勿讓嬰兒睡著時維持面向外的姿勢。

要取下寶寶時，請總是一手扶著，另一手先拆開肩帶。寶寶放下後才將腰帶卸下。



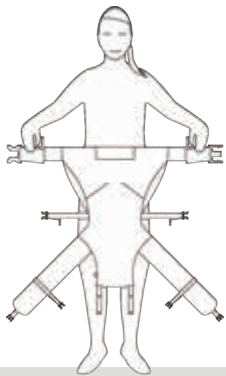
側面揹法

小猴式

6 m+

7.8-15.9 kg (或當孩子能獨立坐著後使用)

你輕盈，我輕鬆～自在的說走就走



1

使用揹帶前，請檢視無損壞，並將所有扣具拆開、調整帶放鬆。

像似穿圍裙，提起揹帶並將腰帶扣在腰上，縫有布標的揹帶反面朝外。

腰帶邊緣的高度通常需要位於肚臍之上。



2

側揹將使用 X 型扣法。

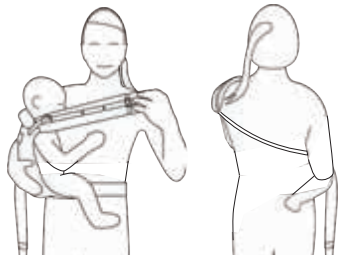
若要將寶寶側揹在你的右邊腰間，請將你左手邊的肩帶插扣，繞過背後，並扣上右手邊的側面錨點。

3

將揹帶轉至你的右邊腰間後，讓寶寶坐在腰間的揹帶上。

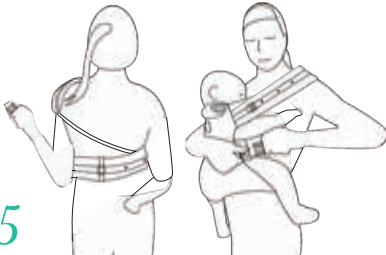


警告 接下來的操作，請務必總是一邊手臂扶著寶寶，直至肩帶兩側插扣都已完全扣上。



4

將寶寶臀下的揹帶拉起來，包覆著寶寶的臀與背部；右手扶著揹帶內的寶寶，並以左手將已扣好的肩帶穿上左肩。確保調整帶繞過寶寶的腿，並將左肩調整帶拉緊。



5

將另一邊肩帶繞過你的背後，扣上左手邊(你面前)的插扣錨點，你可以依照你的舒適度，選擇扣上側面或正面錨點。

6

調整緊度：一手扶著寶寶靠近你，另一手將肩帶調整至舒適且寶寶能被支撐住的緊度。

7

寶寶在揹巾裡應該舒適地坐在布料的最深處、他的膝蓋高於他的臀部，重心在臀上。他的背部該有足夠支撐，頭部可靠在你的身上。

要取下寶寶時，請總是一手扶著，另一手先拆開肩帶。寶寶放下後才將腰帶卸下。

後背揹法

領航式

你輕盈，我輕鬆～自在的說走就走

6 m+

7.8-15.9 kg (或當孩子能獨立坐著後使用)

後背揹法可提供親子最大的自由及舒適度。在還沒熟悉操作前，建議先用娃娃練習、或在沙發床邊練習操作。操作時若能有鏡子檢視、或找他人協助你，能讓你更有信心！



1

肩帶先以H型扣法雙邊扣好，將兩邊肩帶插扣，扣上同側的側面錨點，並先將兩邊調整帶拉緊至約一半的位置，若後續步驟因此感覺太緊，則先調鬆一些。

若寶寶體型較小，可先將兩邊肩帶上的完美調整帶調整。



2

將揹帶轉至一邊腰間(以右邊腰間示範)，並將靠近背後的肩帶穿上左手肩膀。



3

讓寶寶坐在腰間揹帶上，將寶寶背後的揹帶拉上來，至少至寶寶的腋下，並確保寶寶雙腿在肩帶調整帶內。



4

將揹帶與寶寶，在你右手臂下，同時推轉到你的背後中間位置。你的上半身應稍微前傾，讓寶寶能趴在你身上。

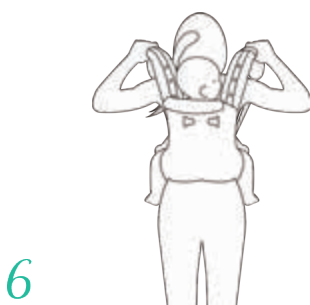


警告 接下來的操作，請務必總是一邊手臂扶著寶寶，直至肩帶兩側都已套上肩膀。



5

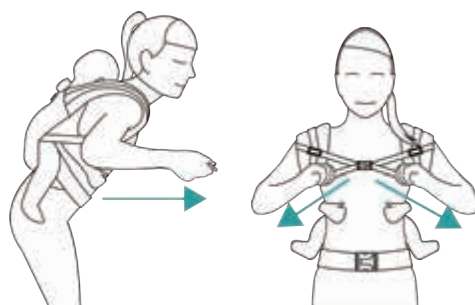
將你的右手臂穿過肩帶，確保揹帶蓋住寶寶的背後再慢慢站直。



6

站直的同時，將兩邊肩帶往上提，你的身體這時可以搭配緩跳的律動，幫寶寶在揹帶內坐好。

請注意自己的站姿，避免駝背或圓肩、挺肚子。不良站姿將影響產後恢復及揹負重量的舒適度。



7

調整緊度至穩定及舒適的狀態後，將胸前胸帶扣好並依照舒適度拉緊。

要取下寶寶時，先稍微放鬆腰帶。將胸帶插扣先鬆開，(以右側讓寶寶下來為例)以右手扶著背後寶寶，左手將左邊肩帶脫掉，將寶寶滑到右側腰上安穩地坐好後，將右肩帶脫掉並讓揹帶順勢滑落。寶寶放下後才將腰帶卸下。



馨力陽·揹巾專家

聯名品牌

陪孩子安全快樂成長，是馨力陽的理念
親密自在的育兒旅程，是揹巾專家的理想！

期待在孩子成長路上，支持著親子
感受自信、享受自由
為愛，貼近彼此！

Embrace love, Carry on.

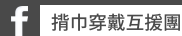


馨力陽 x Chimparoo 聯合設計

進口商：馨力陽有限公司 客服電話：(02) 2511-8669
地址：台北市南京東路一段25號3樓 統編：29047166
委製商：L'écharpe Porte-bonheur inc.

揹巾育兒最佳後盾

加入由揹巾顧問所創社團
與爸媽們一同安心揹巾育兒



影片操作示範
inps.cc/
popngo_howto

