

嬰兒揹帶使用安全須知

嬰兒揹帶俗稱「預帶」，可把孩子揹在照顧者的身上，以便攜帶和照顧。曾有研究指出，母親多揹嬰兒，有助舒緩嬰兒的啼哭；而使用前揹式的揹帶，亦能增加嬰兒與照顧者的接觸，讓溝通更互動。美國兒科學會建議，一般嬰兒揹帶只適用於三個月或以上的嬰兒。如要攜帶較小的嬰兒，家長可以手抱或選用嬰兒車。

不同款式的嬰兒揹帶有甚麼分別？

市面的嬰兒揹帶款式五花八門，但大致可分為單肩式和雙肩式兩大類：

種類	特點	使用方式	缺點
單肩式: *布包揹巾 (Wraparound sling) *環扣揹帶 (Ring sling) *袋式揹帶 (Pouch sling)	-棉或混合纖維物料製成 -有或無彈性 -輕巧、易攜帶和收藏 -用法簡便快捷 -肩帶位置有或無軟墊 -環扣揹帶一端連接雙環可調節和穩扣揹帶 -附有環扣或拉鍊的袋式揹帶，可按體型需要而調節揹帶	較小嬰兒: -前揹搖籃式或前揹直立式 較大嬰兒: -前側揹式	-長時間使用會肩膊疲勞 -學習使用布包揹巾需時 -不可調節的款式未能配合照顧者需要 -限制了嬰兒腿部的活動 -增加嬰兒患髖關節發育不良的機會





種類	特點	使用方式	缺點
<p>雙肩式： *預帶 (Mei Tai)</p>  <p>現代預帶</p>	<ul style="list-style-type: none"> -通常以一塊較大的布或軟墊加上肩帶和腰帶製成 -部分附有嬰兒頭墊或小袋，可盛小物件 -肩帶位置較寬 -有或無軟墊 -用法簡單易學 -能平均分佈嬰兒的重量 -適合較長時間使用 	<ul style="list-style-type: none"> -前直立式 (嬰兒可面向家長或向外) 或後直立式  <p>傳統預帶</p>	<ul style="list-style-type: none"> -只可以直立式揹負嬰兒 -附有頭墊的預帶，攜帶較為不便 -較長的肩或腰帶於使用時容易掉到地上而弄污
<p>*揹架 (Backpack) 軟結構式揹袋 (Soft Structured Carrier)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -軟結構式揹袋按照人體工學原理設計，寬闊的肩帶和加厚質料的腰帶，承托較佳，適用於較大/重的幼兒  <p>軟結構式揹袋</p>	<ul style="list-style-type: none"> -前直立式 (嬰兒可面向家長或向外) 或後直立式 	<ul style="list-style-type: none"> -揹架體積大不易攜帶或收藏  <p>揹架</p>



如何選擇嬰兒揹帶？

家長除了按照個別喜好和需要外，選購時還要注意：

選購或使用嬰兒揹帶前，
須參照製造商的建議或
閱讀產品說明書

安全舒適

背部(包括頭墊)
有穩固和足夠的承托

大腿孔口要適中
圍邊要有伸縮性和軟墊

應選用有承托嬰兒臀部和
大腿部位的背帶，以免讓嬰兒雙
腳下垂，令髖關節受壓

金屬揹架：接駁位要平滑、
無尖角並有安全鎖
包圍著嬰兒的部分有軟墊

肩帶、腰帶寬闊和有軟墊，
與其他組件(如扣環)均要耐
用、完整無缺和縫線要牢固

帶子長度可調節

配合嬰兒體型、體重、
和成長發展需要

用法方便、易學

容易清洗

純棉透氣

方便攜帶、收藏



使用嬰兒揹帶時還要注意甚麼？

家長在使用嬰兒揹帶前，須注意安全：

- ✓ 四個月以下嬰兒不適用單肩式揹帶或嬰兒揹架
- ✓ 當嬰兒心情愉快時，才試用新揹帶
- ✓ 初次使用，請家人從旁協助
- ✓ 確保嬰兒的頭部和頸部有足夠的承托，因為當嬰兒熟睡時，他的頸背肌肉會在一個放鬆的狀態



✓ 在安全、穩固的平面上，把嬰兒揹上或卸下揹帶

✓ 用鏡子觀察揹上嬰兒後的位置是否舒適，再檢查已扣的肩帶、腰帶或扣環是否穩妥、鬆緊適中

✓ 時刻觀察嬰兒的活動情況，勿讓他體溫過熱或過冷

✓ 確保嬰兒呼吸無阻，特別是用單肩式揹帶時：

- ✗ 勿讓嬰兒的身體蜷曲，以防下巴緊貼胸部
- ✗ 包裹嬰兒的位置不要過低
- ✗ 嬰兒的口鼻、臉部不緊貼著照顧者
- ✗ 勿讓揹帶配件或任何外衣、軟身的物品遮蓋嬰兒的頭和臉



✓ 避免嬰兒雙手觸及危險的物件，例如煮食用具、風扇

✓ 避免嬰兒被猛烈的陽光直接照射，讓嬰兒有足夠的防曬保護，如打傘

✓ 不要揹著嬰兒彈跳、跑步或做搖晃的動作，以免令嬰兒的腦、頸和背部受損

✓ 拾取較低的物件時要屈膝

✓ 乘搭需配帶安全帶的車輛時，勿用揹帶，

詳情請瀏覽確保兒童乘車安全網頁：
http://www.td.gov.hk/tc/road_safety/road_users_code/index/chapter_9_your_child_as_a_road_user/child_safety_in_cars/index.html

爬梯



騎單車



衛生署



家庭健康服務

網頁：www.fhs.gov.hk

24小時資訊熱線：2112 99

FHS-HS5B (2017年8月修訂)

網上版本

