

露營 – 睡袋

分類：露營與營地 · 作者：陳志南

一、睡袋

睡袋是用來睡覺時保暖所用，好的睡眠品質才可以使我們在戶外活動的時候能夠保有夠充足的體力與精神，因此，為了避免在半夜裡被冷醒而影響隔日的活動，在經濟許可的範圍內慎選一個睡袋是相當重要的。

一般而言，羽毛睡袋是童軍伙伴們在戶外活動中最佳的選擇，但市售的羽毛睡袋因材質（填充物）不同，在價錢上也有極大的落差，當然，在保暖效果上也大不相同。

以下我們就針對市售常見的睡袋做一簡單介紹。

（一）棉質睡袋

棉質睡袋大多用的是天然白棉加以填充而成，但體積龐大、保暖度不足，不適合於登山。

（二）人造纖維睡袋

人造纖維(Artificial Fiber or Man-made Fiber)種類很多，其中一項為化學纖維(Chemical Fiber)。因為某些特殊纖維中有空隙，大家慣稱為一中空纖維(Hollow Fiber)，目前有單孔、三孔、四孔、七孔等多種。人造纖維從一般的Polyester(聚酯纖維)實心纖維，到特殊構造的中空纖維可細分成兩大類：一、Pile毛毯(Pile是一種特殊的編織法，具有保暖、快乾與容易清洗的特性)。大部分Pile的材質是Polyester，也有用Polartec材質做的(母原料也是Polyester，只是纖維構造不同)。二、睡袋，絕大部分以人造纖維睡袋居多。

拜於科技所賜，基本上人造纖維已經可以提供接近羽絨般的保暖度，而且又有快乾、不怕潮濕與容易清洗等特性，此種材質的睡袋適合去爬山。

（三）羽毛睡袋

羽毛睡袋，嚴格說來應該說是羽絨睡袋，主要的填充物為鴨絨(Duck Down)、鵝絨(Goose Down)、或是其它的種類的水鳥羽絨。

羽毛有翼羽、髮羽與絨羽三類。其中翼羽和髮羽都是被用來支撐睡袋，真正能提供你保暖的是絨羽。生活在水中的水禽，由於保暖的需求，因此有較為發達的絨羽，有些陸禽甚至沒有絨羽。而生長在寒帶的水禽絨毛，其品質更高。

國內羽毛睡袋的級數，以絨毛(Down)所佔的比例來分級，常看到的有50%、60%、80%、90%、100%等幾種。假如，在國外選購羽毛睡袋，不是以絨毛比例分等級，則是以數字如：550+Filling、575Filling、775Filling等數字表示等級，那些數字通常代表一Cube

Inch Filling Power(1立方英吋的填充能力)意思就是「單位重量的膨脹體積」。550Filling Power的絨毛表示，它在不受任何外力之下，1盎司的絨羽可以有550立方英吋的填充能力。

目前Filling Power 最高的是Marmot的睡袋，達到775 Cube Inch Filling Power，日後可能有更高的Filling Power。這種標示讓購買者不需考慮絨毛種類、廠商技術與多少比例的絨羽，只需端看其絨羽膨脹程度，就可以知道保暖與否。一般說來，外國進口的羽毛睡袋，常見如此標示。

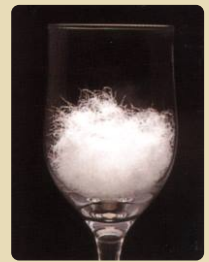
基本上，絨毛比例(如：50% vs 100%)越高，就越保暖。相同等級下(假設是100%)，填充物越多也愈保暖。但比例高與填充物多的睡袋，相對售價也較貴，也是適合登山的睡袋材質。

一顆可用的羽毛睡袋，他的平均單價約在新台幣2000元左右，近來在許多大賣場常常可見標榜100%的羽毛睡袋，但每顆僅需花費你不到500元就可以買到，這時，聰明的你可千萬要小心，因為，雖然同樣是羽毛，但是在這種睡袋裡面包裹的可不是水鳥類的羽毛，而是無法在水中游泳的『雞』身上的毛～～雞毛本身不具油脂保護，因此，摸起來會比較乾澀、粗糙，同時，也不具保暖效果，更甚者，他很容易滋生小蟲.....無論如何，羽毛睡袋有一定的質量間的均衡，買一顆品質有保障的羽毛睡袋，不只可以讓你用個十年，也可以使你的野外生活更有保障。

補充說明：羽絨

<1>.什麼是羽絨？

羽絨是採自鳥禽類(如海鳥鵝)的下腹部(孵蛋處)的微細柔韌羽毛，經泡沫水洗加工殺菌處理，使其纖維保持彈力、蓬鬆、立體化、具高度保溫性。



<2>.羽絨的特點

1. 重量最輕

約傳統被的1/3重，球形纖維，質地輕柔，不怕擠壓且不變形，為世界上最輕柔之材質，因此覆蓋後，翻身容易，對於血液循環及心肺器官不會有壓迫感，最適合小孩，孕婦，老人或高血壓患者使用，可預防及減少心臟病的發生。

2. 保暖性佳

其立體狀的羽絨，保有大量空氣，可以阻隔冷空氣，並可隨溫度的變化，收縮膨脹，隔絕冷空氣的入侵，立即暖身並保持適當溫度，沒有燥熱的感覺，是故體溫較高的孩童也會因此而減少踢被的機率。

3. 吸溼性佳

人體於睡眠狀態下，每夜約排出150~200cc水份，加上臺灣高濕的氣候，一般被褥在使用不久後即累積過多的水份，形成病媒滋生的溫床，而瞞是造成皮膚及氣管不適主因之一。羽毛絨因其特性得以迅速吸收人體濕氣並快速發散，使悶濕之狀態無從形成而保持人體乾爽，亦可防止風濕病產生。

<3>.等級區分

一般而言，羽絨成份愈高，羽毛(因其含有羽根)成份愈低，等級愈高。

<4>.優越性

羽絨之所以優於人造及其它動植物纖維，在於其球狀纖維中具有千萬個會呼吸的三角形氣孔及表層防水油質，因而可隨外界氣溫及濕度之變化，自動調整，於是吸收來的水份得以迅速發散掉。

<5>.保養

基於羽毛防水之天性，羽絨被枕可於小孩尿床或其它污漬造成後，以清水洗淨，絕不可使用漂白劑或強力洗衣粉，因其將破壞表布之防絨功能。由於羽絨天性防水，故於洗畢後經自動脫水即可將水快速排出，並經短時間的自然乾燥就可恢復原狀，繼續使用。乾洗可用石油類、氟素、四氯乙烯、三氯乙烷等乾洗溶劑清洗之。



補充說明結束