

新生命的羈絆

第三組

餐管碩一 406246200 吳 晗

餐管碩二 405246100 林宗毅

食科碩一 406396201 張浩然

營養大四 403470575 范睿珉

目錄

- 背景與生活樣貌
- 問題、挑戰及需求
- 執行策略
- 解決辦法
- Q&A
- 參考資料

背景與生活樣貌

懷孕，對於女性的一生來說是相當具有意義及重要的！



根據美國 **Preventive Services Task Force (USPSTF)** 研究發現，在初級保健機構對成年人、孕婦及孕期，提供相關議題諮詢，可有助於健康行為。

背景與生活樣貌

```
graph LR; A((孕婦)) --- B[初孕婦]; A --- C[經孕婦]
```

孕婦

初孕婦

初孕婦的特點是缺乏懷孕經驗或是生產經驗，所有懷孕的相關知識與身體變化都是全新且陌生經驗（吳婉如，2012）。

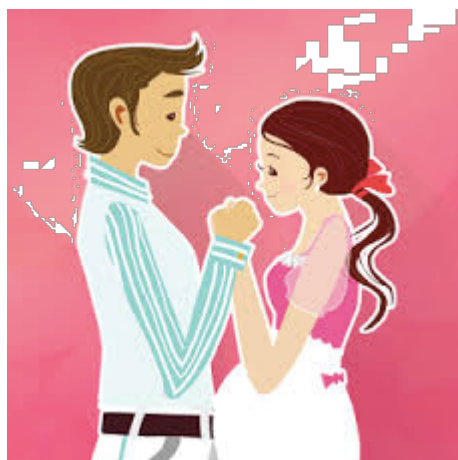
經孕婦

國外研究也針對初孕婦進行調查，約有八成的初孕婦希望能獲得較多懷孕相關知識，因為他們自認為自己缺乏懷孕的親身經驗，需要相關的訊息來應付各種可能的狀況（Shieh, Kravitz and Wang, 2001）。

背景與生活樣貌

市面上出現了許多懷孕的衛教知識網站

👉 衛福部孕產婦關懷網站、媽媽寶寶懷孕生活網



問題、挑戰及需求

- ① 害怕流產、早產、難產
- ② 不確定選擇何種生產方式
- ③ 擔憂產痛
- ④ 高齡產婦
- ⑤ 有肥胖問題
- ⑥ 產婦是否停止工作
- ⑦ 產前、產後憂鬱症
- ⑧ 洗頭不方便
- ⑨ 肚子隆起、行動不便、腰酸背痛
- ⑩ 孕吐



問題、挑戰及需求



妻子心情不好

懷孕後，孕媽的情緒會變得敏感脆弱、易怒易傷心。一般來說，准媽較難自我調理心情。



妻子身體變化

妊娠各期都會有不同的生理反應或者是會出現各種不同類型的狀況。



妻子口味變化

孕期因為孕激素的影響，孕媽的口味可能發生很大的變化。可能以前喜歡的食物，現在都不想吃了，還可能會挑食。



自身生理需求

妻子懷孕期間無法進行夫妻生活。

問題、挑戰及需求

① 性生活問題

- a) 出血，流產或早產
- b) 感染
- c) 胎盤早破、胎盤早期剝離等併發症



② 妻子丈夫爭執

- a) 產婦產前緊張憂鬱，脾氣變差，丈夫該如何應對
- b) 婆媳之間的爭執，丈夫又該如何應對

③ 丈夫是否應全心全意投入產前照顧

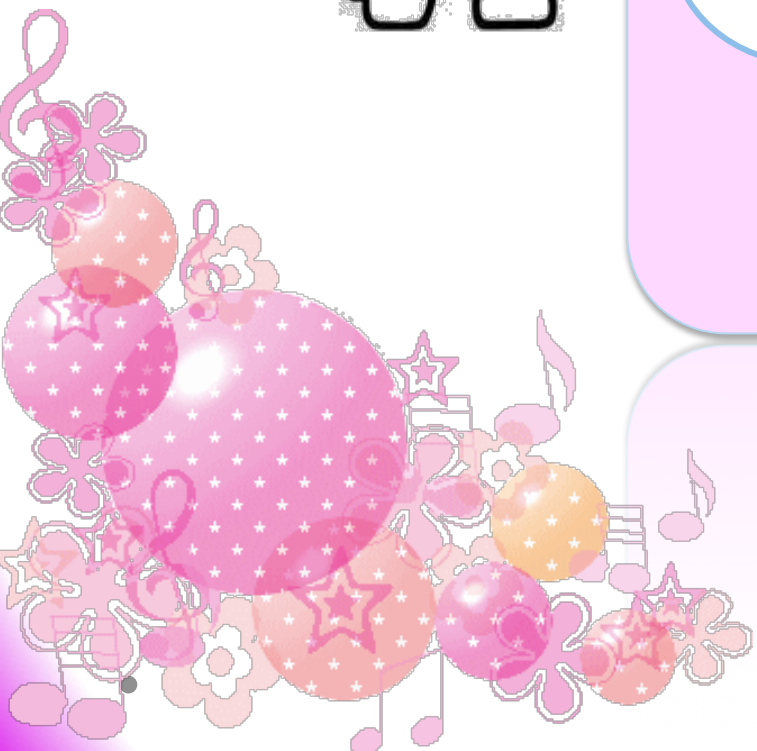
丈夫事業繁忙，想同時顧全兩方

B.倘若丈夫產假留家，有哪些必須要做的事情

執行策略



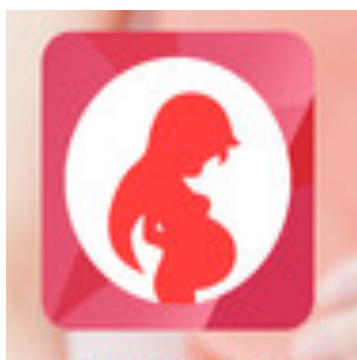
呱呱樂 APP



執行策略



雲端好孕守



懷孕管家



寶寶樹孕育



280days：讓夫妻共享「懷孕記錄、日記」的應用程式

執行策略



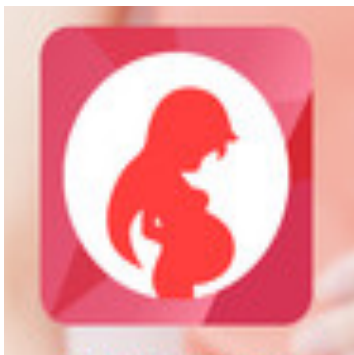
雲端好孕守

- ① 資訊查詢
- ② 孕產、寶寶照護
- ③ 最新消息
- ④ 知識文章
- ⑤ 修改會員資料

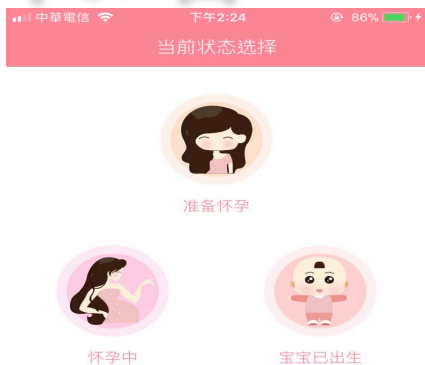


- ① 缺乏團體課程活動、聯誼、討論區、互動性、購物功能、飲食紀錄、孕婦餐配送、孕婦飲食紀錄
- ② 根據使用者評論：會閃退、輸入資料易當機

執行策略



懷孕管家



兩種模式選擇



懷孕週期計算



懷孕百科

- ① 備孕攻略
- ② 懷孕營養
- ③ 產後恢復
- ④ 育兒指南



互動圈



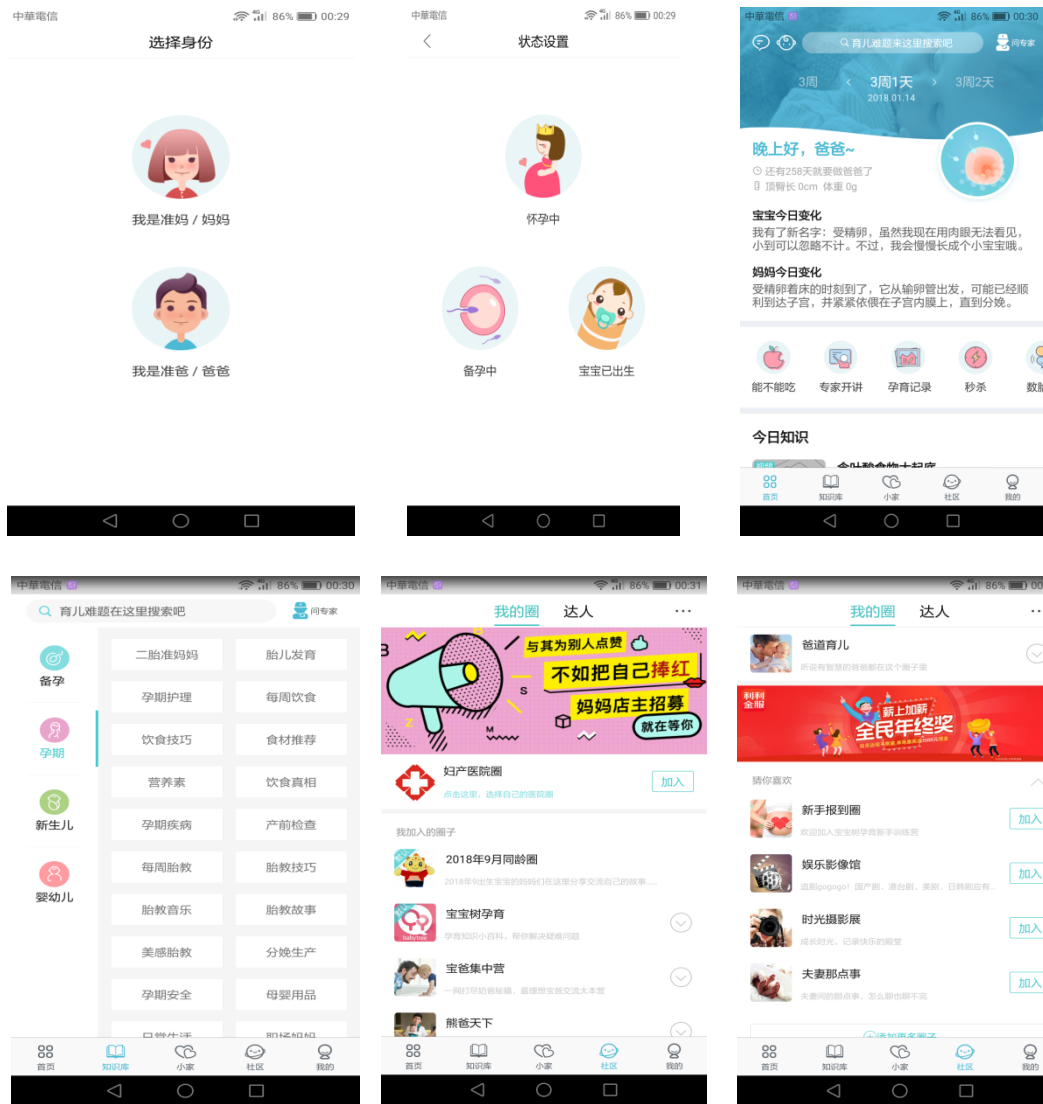
懷孕期間工具

- ① 在討論區中，沒有專家的解答，都是大眾自己的主觀經驗。
- ② 無法根據每個孕婦個體差異所制定的個性化食譜或者服務。
- ③ 無法跟其他平臺結合，包括叫車軟體等。

執行策略



寶寶樹孕育



- ① 孕期記錄寶貝記錄以及個人日誌記錄。
 - ② 知識庫，基本上包括衣食住行和基本的準備，並且有四個階段。
 - ③ 社區，可以進行同城活動，老公可以幫助老婆報名，達人也都是認證過和真實存在的專家。
-
- ① 廣告太多。
 - ② 問專家的費用過高，普通家庭負擔不起。
 - ③ 評論太雜亂，需要有人去整理。

執行策略



280days：讓夫妻共享「懷孕記錄、日記」的應用程式



- ① 與天天成長的寶寶一起渡過。
- ② 查看身體狀況。
- ③ 產檢紀錄
- ④ 與爸爸一起記錄
- ⑤ 懷孕專欄

- ① 缺少專業解答
- ② 一定要同步才可使用

解決辦法

我的呱呱樂	孕期紀錄	孕產知識	討論區	購買、付費專區
個人資料	日期紀錄	孕期醫療知識 營養	男生 (準爸爸) 版	孕嬰購物網
最新消息	產檢時程 (行事曆)	孕期營養知識	女生 (孕產婦) 版	專人線上諮詢 服務
購物車	身高、體重 紀錄	產婦瑜珈、運 動	聯誼區 (運動、聊天)	孕期醫護專員 照護
收藏文章	生理、心理狀 態 (e.g. 是否 孕吐)	高齡產婦專區	專家Q & A	孕婦餐配送、 其它到府服務
設定、編輯	飲食紀錄	孕產資源互聯 網、資源建議	社會關懷與補 助新聞	專業課程報名

Q&A

參考資料

- 衛生福利部國民健康署 孕產婦關懷網站
- 育兒問答專欄文章-媽咪愛
- 雲端好孕守APP
- 許晏瑜 (2010) 高齡產婦生育風險之新聞內容分析，國立中正大學未出版之碩士論文，嘉義縣。
- 蕭凱文 (2016) 孕產婦產前衛教知識管理: 發展以本體論為基礎的塑模方法論，中山大學未出版之碩士論文，高雄市。