

【Galaxy Unpacked 2026 年 7 月】三星攜手合作夥伴打造互聯照護新未來：從第一個健康訊號到長期健康管理

三星電子於倫敦舉行的 Galaxy Unpacked 2026 發表會中，揭示數位健康發展的下一步願景，打造由可信賴的健康創新技術及醫療健康生態圈夥伴共同支持的未來，讓健康照護從被動治療邁向預防導向、個人化且互聯的健康體驗。

為進一步探討此願景，三星舉辦以「Rewriting the Rules of Preventive Health (改寫預防健康新規則) 」為主題的健康論壇，並由三星電子行動通訊 (MX) 事業部數位健康團隊資深副總裁暨負責人 Hon Pak 博士擔任主持人，邀集營養、健身、臨床研究及 AI 領域專家，共同探討科技如何縮短健康認知與實際行動之間的落差。



▲ (左起) Otávio Penatti、Kevin Duffy、主持人 Hon Pak，以及 Rohit Ail 與 Kartik Poria。

健康照護的矛盾與關鍵落差

論壇一開始，Hon Pak 博士指出現代健康照護正面臨一項矛盾：儘管健康創新與科技持續快速發展、帶來顛覆性改變，全球慢性疾病盛行率卻仍持續攀升。

「我們正處於人類史上健康數據最完整的時代，數十億人每天追蹤自己的睡眠、壓力及心率。然而，慢性疾病卻持續增加。事實證明，擁有更多健康數據，並不代表就能帶來更好的健康成果。」

他表示，健康照護仍有兩段關鍵歷程需要補足。第一段是偵測與監測：影響健康的大多數因素都發生在醫療院所以外，而直到近年，持續性的健康監測才逐漸普及，並開始與醫療照護體系建立連結。最後一段則是採取行動：即使完成診斷並制定照護計畫，真正需要日復一日落實健康管理的仍是個人；然而，忙碌的生活節奏，也讓改變習慣變得更加困難。



▲ Hon Pak 博士

Pak 博士認為，三星具備獨特優勢，能夠彌補這兩項關鍵缺口。透過穿戴裝置、智慧型手機及互聯生態圈，三星的技術可全天融入使用者日常生活，不僅能掌握生物辨識數據，更能理解數據背後的情境與脈絡。

「我們看到的不只是數據本身，更能了解數據背後的情境，例如用戶是否正處於適合改變生活習慣的時機，或是需要更多支持的時刻。真正的關鍵，在於陪伴使用者做出每一項健康決策，而這也是醫院或任何單一企業都難以衡量或介入的環節。」

然而，他也強調，沒有任何一家企業能夠獨自完成這項使命。因此，三星正攜手合作夥伴打造「智慧健康照護 (Connected Care)」，透過 AI 串聯整個健康照護歷程，補足從健康偵測到實際行動的關鍵環節，推動預防醫學規模化發展。最後，他也介紹本次論壇聚焦的三大主題，包括日常健康行為、臨床可信度，以及隱私、先進 AI 與研究。

日常健康行為：從餐桌到健身房，落實健康行動

飲食與運動是影響長期健康最重要的兩大因素，也是人們最能主動掌握的健康關鍵。然而，Pak 博士指出，正是在這兩個面向，人們最容易出現「知道該怎麼做，卻難以真正付諸行動」的落差。

Samsung Food 產品負責人 Kartik Poria 則以每個人都曾經歷過的情境，說明這項挑戰。

「星期二傍晚六點，用戶拖著疲憊的身體站在冰箱前，所有關於健康飲食的觀念，最後都敵不過『哪個最快、最方便』。而這正是我們希望解決的關鍵時刻，因為日復一日的飲食選擇，是預防慢性疾病最重要的關鍵之一。」

他表示，Samsung Health 與 Samsung Food 正攜手解決這項挑戰的兩個面向。Samsung Health 透過餐點紀錄、BMI、抗氧化指數及糖化終產物指數等健康指標，協助使用者了解身體狀況；Samsung Food 則結合全球食譜資料庫、餐點規劃功能，以及貼近使用者飲食偏好的食物智慧（Food Intelligence），協助規劃更符合個人需求的飲食。在此基礎上，三星打造以行為改變科學為核心的營養管理體驗，而非僅止於健康數據追蹤。系統會持續學習使用者的飲食習慣，提供符合個人需求的建議，讓健康選擇逐漸成為最輕鬆、最自然的日常習慣。

「我們不是讓使用者多管理一件事情，而是讓健康的選擇變得更容易，無論是有時間下廚的日子，或是忙碌到只能簡單準備一餐的時候。」



▲ Samsung Food 產品負責人 Kartik Poria

談到運動，iFIT 執行長 Kevin Duffy 表示，運動是身心健康的重要基礎，並說明 iFIT 由專家打造的健身課程，正透過 Samsung Health 讓更多使用者輕鬆體驗。

「運動對身心健康至關重要，涵蓋心血管健康、肌力、活動能力、睡眠品質及壓力管理等多個面向。」

透過 Samsung Health，用戶可探索並訂閱 iFIT 的付費健身課程；iFIT 課程也可與 Galaxy Watch 整合，在教練帶領的訓練過程中即時追蹤各項關鍵數據。搭配體能指數（Fitness Index），使用者可透過單一分數全面掌握自身體能狀況，並獲得個人化建議。展望未來，Duffy 表示，三星 Health Assistant 將整合體能指數、健身目標及活動紀錄，在適當時機推薦最符合需求的運動內容。

「運動不只是保持活躍，更重要的是了解自己的身體、建立可長期維持的健康習慣，並在適當時機獲得適切的指引。結合 iFIT 專家打造的健身體驗，以及 Samsung Health 互聯的健康洞察，我們希望協助更多人，讓運動真正成為日常生活的一部分。」



▲ iFIT 執行長 Kevin Duffy

然而，Pak 博士指出，光有健康內容與健康洞察，仍無法解決健康管理的最後一個關鍵環節。真正的挑戰不在於讓使用者參與，而是如何幫助他們把健康建議真正落實到日常生活中。三星以真實生活情境為出發點，理解人們並非總能達成健康目標，因此更重視在適當時機提供符合個人需求的協助。

他認為，真正的衡量標準並非系統發出了多少次提醒，而是成功促成了多少健康行動。例如，醫師建議的低鈉飲食，能自然反映在使用者的購物車中；或是依照當天身體狀態，推薦最適合的運動內容。Poria 也補充，這正是最大的轉變：不只是提醒使用者採取行動，而是直接改變他們眼前的選擇。

臨床實證與隱私保護：以實證建立信任

接著，Pak 博士將話題聚焦於「信任」。他指出，如今多數臨床醫師都已接觸過穿戴裝置蒐集的健康數據，但真正將這些數據納入日常醫療照護的案例仍相對有限。要縮短這段落差，關鍵在於建立充分的臨床實證、完善的醫療流程，以及值得信賴的合作機制。

英國三星研究院（Samsung R&D Institute UK，SRUK）技術孵化實驗室負責人 Rohit Ail 分享，團隊致力於在真實臨床環境中建立臨床實證。

「我們的目標，是達到臨床醫師、研究人員及監管機構所期待的標準，而這意味著必須在真實的臨床環境中累積實證。這項承諾也建立在三星持續累積的臨床研究成果與驗證基礎之上。」

他也分享三星目前於歐洲推動的多項合作，包括與英國國民保健署（NHS）的合作，以及攜手多家頂尖醫院進行臨床驗證研究。其中，三星正與西班牙 San Cecilio University Hospital 及義大利 Gemelli 合作，運用 AI 及臨床決策支援技術，協助辨識與管理心血管疾病（CVD）風險；另與義大利 Fondazione IRCCS 合作，透過 AI 數位表型分析及非侵入式整體照護方法，深入了解並改善青少年及年輕成人（AYA）癌症倖存者的長期健康影響。

談及隱私保護，Ail 表示，三星始終認為使用者資料的所有權屬於使用者，而三星則扮演資料管理者的角色。

「信任始於妥善保護用戶資料。三星採取三層防護機制，包括 Samsung Knox 提供裝置層級安全防護、符合 GDPR 規範的基礎架構，以及遵循歐洲健康資料空間（European Health Data Space，EHDS）架構。」

他進一步表示，英國三星研究院也已建立去中心化臨床試驗架構，參與者身分資訊仍由醫療機構掌控，所有資料自蒐集之初即完成假名化處理。



▲ 英國三星研究院技術孵化實驗室負責人 Rohit Ail

先進 AI 與研究：解讀身體訊號

Pak 博士接著表示，若日常健康管理與臨床信任是「智慧健康照護」的兩大支柱，那麼 AI 智慧便是串聯兩者的關鍵。他指出，基礎模型的出現，是數位健康發展的重要轉捩點，讓健康管理從依循群體平均值，邁向真正個人化的新階段。

巴西三星研究院（Samsung R&D Institute Brazil，SRBR）健康 AI 研發團隊負責人 Otávio Penatti 則進一步說明，何謂健康領域的基礎模型。

「健康基礎模型是一種運用自監督式學習，從未標記的生物訊號資料中學習具意義特徵的 AI 模型。三星目前正結合全球多個研究團隊的專業，持續推進健康基礎模型研究，涵蓋生物訊號智慧分析、穿戴式 AI 及個人化健康洞察等領域。延續大型語言模型的成功經驗，我們如今已能將心電圖（ECG）、加速度計（ACC）及光體積變化描記圖（PPG）等複雜生物訊號，視為具有結構性的生物語言，而非彼此獨立的數據。這些生物訊號可透過穿戴裝置於日常生活中持續蒐集，再藉由基礎模型理解其背後的生物模式，提供更精準的健康預測，以及持續且個人化的健康洞察。」



▲ 巴西三星研究院健康 AI 研發團隊負責人 Otávio Penatti

三大關鍵領域，共同邁向一個目標

最後，Pak 博士邀請每位講者用一句話描繪五年後 AI 時代下「智慧健康照護」的願景。

- **Kartik Poria (Samsung Food)** 表示：「五年後，健康飲食不再依賴意志力，而是像隨身擁有一位主廚與營養師，天天依照身體需求規劃每一餐。」
- **Kevin Duffy (iFIT)** 表示：「每個人都將擁有一位真正了解自己身體狀態的教練，每天都能依照當下狀況調整最適合的訓練內容。」
- **Rohit Ail (英國三星研究院)** 表示：「打造兼具臨床信任與使用者自主權的健康照護，以實證為基礎，並將隱私保護融入設計之中。」
- **Otávio Penatti (巴西三星研究院)** 表示：「打造能理解人體語言，並在健康問題發生前主動採取行動的 AI。」

最後，Pak 博士總結表示，日常健康行為、臨床信任與個人化 AI，是三星推動「智慧健康照護」的三大關鍵，共同目標是縮短健康管理從預防到落實行動的距離，讓更多人及早採取預防行動，並在適當時機獲得所需的健康支持。他指出：「健康照護的未來，將是串聯、可信賴且主動預防的，而三星很高興能與所有合作夥伴攜手邁向這條道路。」