

## 三星參展 2025 世界睡眠大會 聚焦提升睡眠與健康的創新成果

憑藉解決睡眠不足和守護整體健康的創新方案，三星於個人化與保健領域位居領導地位  
展示包括 Galaxy Watch8 系列、進階睡眠監測和 Samsung Health SDK



▲ Samsung Health 展區

三星電子參加於新加坡舉行的 2025 世界睡眠大會，與全球專家及業界領袖齊聚一堂進行交流。世界睡眠大會為每兩年舉行一次的國際盛會，以促進全球睡眠健康為宗旨。

大會期間，三星展示旗下最新的穿戴技術，藉由與 Samsung Health 應用程式的無縫連結，可望協助用戶邁向更健康、更平衡的生活。三星新聞中心捕捉了 2025 世界睡眠大會的精彩瞬間，探索三星如何重新定義個人化醫療照護。

### 三星醫療照護技術的箇中奧秘

展會期間，參訪者可於 Samsung Health 展區探索三星在醫療照護上的創新應用及如何改善睡眠和整體健康。



▲ 與會者可透過簡單的測驗，找出個人所屬的睡眠動物

透過完成簡單的測驗，與會者可獲悉自己所屬的睡眠類型及該類型的代表動物。八種代表動物於睡眠持續時間、作息規律性與清醒時間等方面，皆有其獨特的習性。

展間亦重點介紹 Samsung Health 軟體開發套件 ( SDK )，該工具組有助於落實安全、基於使用者授權的健康數據存取。SDK 突顯了三星為實現科技融入日常、促進全民健康的理想，特別在睡眠方面堅持不懈的努力。

此外，三星於大會期間舉辦了一場以「穿戴裝置和醫療照護技術新篇章」為題的研討會。三星電子健康研發副總裁 Jongmin Choi 概述三星在促進身心健康方面取得的進展，並強調其創新應用如何形塑醫療照護的未來。



▲三星電子行動通訊事業部健康硬體研發部門負責人 Jongmin Choi 在研討會上  
闡述三星透過持之以恆的行動，打造健康升級的新生活

Choi 指出：「睡眠是健康的基石，三星致力協助人們了解並改善睡眠。我們很榮幸能向大眾展示三星的創新技術，如何將複雜的生物測量數據轉化為可付諸行動的見解，讓人們採取有意義的行動，邁向更健康的日常生活。

### 睡眠健康領域的領航者

在個人化健康體驗的創新上，Galaxy Watch8 系列堪稱三星的近期代表作，該系列於 2025 年 7 月亮相登場，搭載強化睡眠追蹤與指引的先進功能。

「就寢時間建議」功能根據睡眠調節雙程序模型 - 描述穩態睡眠驅動力和晝夜節律相互作用的科學框架，為用戶提供貼近個人化的建議。透過此模型的應用，「就寢時間建議」<sup>(註一)</sup>有助於建立更健康的睡眠作息，減少睡眠中斷，一覺醒來神清氣爽。

Galaxy Watch8 系列亦具備睡眠呼吸中止症偵測功能<sup>(註二)</sup>，供年滿 22 歲且未被診斷患有該病症的用戶量測，僅需兩夜的監測，便可偵測中度至重度阻塞性睡眠呼吸中止 ( OSA ) 病徵。睡眠呼吸中止症是一種常見卻易被忽視、因而疏於治療的疾病，若能及早發現症狀，便能及早尋求醫療協助，降低長期健康風險。

此外，Galaxy Watch8 系列亦整合「血管負荷」<sup>(註三)</sup>功能，可在睡眠期間追蹤血管系統的壓力。夜間時分，血管系統所承受的壓力理應自然降低，但若出現過度波動，則會危害心血管健康。藉由提供與睡眠、壓力與運動相關的數據，「血管負荷」偵測功能可協助用戶深入了解自身健康，並鼓勵人們從小處著手，逐步改變生活型態，促進長期心血管健康。

## 掌握日常數據，打造健康人生

Galaxy Watch8 系列提供更完善的健康和體適能管理。率先於智慧手錶導入的「抗氧化指數」<sup>(註四)</sup>，可檢測皮膚內的類胡蘿蔔素濃度。而「跑步教練」<sup>(註五)</sup>可量身打造三至五周的訓練計畫。內建的多元壓力管理工具則包括「高壓警報」、引導式呼吸練習、「身體能量指數」等。

這些一應俱全的健康工具，展現了三星一路堅持的初心，致力將零散的健康數據，轉化為有意義的個人化見解，助用戶養成健康好習慣。結合先進的感應器、AI 驅動的洞察力，以及緊密互聯的健康生態圈，三星穿戴裝置為邁向健康人生樹立全新標竿：一夜好眠。



▲ Samsung Health 沉浸式課程

註一：此功能依據用戶連續 3 天的睡眠分析，評估其晝夜節律與睡眠壓力。

註二：睡眠呼吸中止症偵測功能僅為非處方箋 ( OTC ) 行動醫療軟體，該應用程式搭載於相容的三星 Galaxy Watch 和智慧型手機。其可透過兩晚的監測時間，偵測 22 歲以上之成年用戶中度至重度阻塞性睡眠呼吸中止症的病徵。不適用於先前被診斷患有睡眠呼吸中止的用戶，亦無法取代合格醫療專業人員所提供的診斷或治療。本裝置偵測之數據並非提供協助醫療人員診斷睡眠障礙之用途。

註三：需於過去 14 天內至少連續 3 晚佩戴 Galaxy Watch 進行睡眠監測。

註四：測量時，請將手指中央輕放於手錶背面的感應器上維持 5 秒。「抗氧化指數」可用任一手指測量，但建議使用大拇指以獲得最準確的結果。因皮膚紋理不均，重複測量可能導致結果有所偏差。

註五：使用跑步教練功能前，使用者需先完成跑步等級測試並取得等級，方可開始教練計畫。