

三星公布新一代 Galaxy Watch 功能：打造 AI 驅動的日常健康神隊友

透過更智慧、更個人化的健康洞察，協助用戶將健康數據轉化為每日行動指引

此為全球發布中譯新聞稿，實際功能支援性依各市場公告版本為準

三星電子今日宣布 Samsung Health 應用程式重大更新，為即將推出的 Galaxy Watch 升級成更主動、更智慧化的健康神隊友。自 6 月 8 日起，三星將陸續推出應用程式更新，搶先揭曉即將搭載於新一代 Galaxy Watch 的核心健康功能。透過此次更新^(註一)，Samsung Health 能將複雜的生物辨識數據 - 包括從夜間睡眠狀況到每日活動表現，轉化為簡單易懂且可立即採取行動的健康指引，讓日常健康管理變得更加輕鬆。

三星電子行動通訊 (MX) 事業部資深副總裁暨數位健康團隊負責人 Hon Pak 表示：「 Samsung Health 正持續進化，透過結合 Galaxy Watch 所測量的健康數據與 AI 洞察分析，幫助以更簡單、直覺的方式了解自身身心狀態。未來，三星電子也將持續透過 Galaxy 生態圈與數位健康創新技術，擴展更主動且個人化的健康管理體驗。」

此次升級是三星宏偉願景中的一個重要里程碑，旨在打造一個真正由 AI 驅動的健康平台，協助使用者提前掌握健康狀況。全新發表的健康功能將率先於即將推出的 Galaxy Watch 上提供。

Galaxy Watch 化身智慧健康夥伴 四大功能全面升級

Samsung Health 更新將帶來以下功能：

- **身體活力指標 (Vitals)**：更深入了解身體發出的健康訊號 — 過去 Samsung Health 透過監測特定健康指標來協助計算每日的身體能量指數 (Energy Score)。如今，Samsung Health 將此功能更進一步。當用戶醒來時，全新的 Vitals 功能會分析五項關鍵夜間生理訊號，包括心率、心率變異率(HRV)、呼吸頻率、皮膚溫度及血氧飽和濃度，並與個人真實的靜態基準值進行比較。系統僅會在偵測到具有意義的異常變化時主動發送提醒，協助判斷是否需要更多休息，或是否身體可能正處於不適狀態，同時避免過度通知造成資訊疲勞。
- **心臟健康分數 (Heart Health Score)**：全方位掌握長期心血管健康 — 去年三星推出 Vascular Load (血管負荷) 功能，幫助監測血管壓力並採取更全面的健康管理方式。如今，這項願景進一步演化為 Heart Health Score (心臟健康分數)。此每日單一指標整合過去 Vascular Load (血管負荷) 功能所提供的睡眠、壓力與活動量等洞察資訊，亦納入身體組成數據分析，形成一項整合性評估，能清楚指出影響長期健康的生活習慣，協助即時掌握自身心血管健康狀況。
- **每日心肺負荷 (Daily Cardio Load)**：更聰明的心血管訓練 — 當進行有氧運動並思考應投入多少訓練強度時，Daily Cardio Load (每日心肺負荷) 可測量累積的心血管負擔。透過計算每日負荷與最大訓練能力，系統會推薦最佳訓練目標與休息時間，協助用戶追求運動表現的同時，避免過度訓練或運動傷害風險。

- **體能指數 (Fitness Index)** : 更精準追蹤體能進步成果 — Fitness Index(體能指數) 透過分析心率、VO2 Max (最大攝氧量，衡量有氧耐力的重要指標) 及每日步數等數據，並與同齡或相似族群進行比較，協助確認目前運動計畫是否有效。藉由清楚辨識個人的體能優勢與弱點，系統可依據分析結果提供客製化內容與個人化目標，讓用戶持續且有方向地提升運動表現。

全新 Samsung Health 設計，打造更簡單且個人化的體驗

為了讓這些主動式的健康洞察更容易查閱，Samsung Health 推出全新精簡版面設計，依照五大核心健康面向進行分類，包括：睡眠、活動、營養、正念與身體活力指標。在首頁中，現在可更輕鬆查看每日健康建議，以及 AI 驅動的身體能量指數。透過整合呈現方式，能減少健康管理過程中的猜測與困惑，讓使用者一眼即可了解生活習慣各項面向之間的關聯性。

核心健康功能再進化 實現主動式健康管理

除了新增功能外，Samsung Health 同時大幅升級用戶熟悉的核心功能，以更高精準度提供更深入的個人化體驗。在日常使用過程中，**Antioxidant Index (抗氧化指數)** 透過全新的趨勢圖表與每日歷史紀錄，以視覺化方式清楚呈現飲食營養攝取與身體反應之間的長期關聯。在後端技術方面，**AGEs** 指數也獲得升級，可於背景中持續運作，透過夜間自動測量建立長期追蹤資料，描繪生活習慣如何逐漸累積並影響身體狀態。這將幫助發掘真正有助於健康管理的重要洞察。

三星也將全面健康管理延伸至外在環境，推出全新的 **Hearing Health(聽力健康)** 功能，並無縫整合至 Galaxy 生態圈。透過 Galaxy Watch 監測周遭環境的噪音，系統可提供個人化分析與提醒，無論是在嘈雜的通勤環境中，或是在運動時提高音樂音量，都能協助保護聽力健康。

透過上述功能升級與全新的生態圈互聯體驗，Samsung Health 將日常數據轉化為簡單且實用的健康建議，為未來的智慧健康管理體驗發展奠定理想基礎。

Galaxy 生態圈串聯 打造無縫健康管理平台

三星廣泛的生態圈將充分發揮這些新功能的價值，讓健康管理能在 Galaxy 智慧型手機與各種連網裝置之間無縫運作。透過跨裝置協作，個人化健康洞察隨時可得，並提供統一且完整的健康視圖。這些創新成果也預示著 Samsung Health 的未來發展方向，而這項願景將隨著三星下一代 Galaxy Watch 正式上市而完整實現，帶來前所未有的主動式智慧健康體驗。

註一：全新健康功能僅供健康管理用途，不適用於任何疾病或醫療狀況之診斷或治療。如對健康狀況有任何疑慮，請務必諮詢專業醫療人員。此功能適用於 Android 10 或以上版本之 Android 智慧型手機，並須安裝 Samsung Health 應用程式 (v7.0 或以上版本)，且需登入三星帳號。部分功能需經使用者持續使用並累積相關數據後，方可提供個人化結果。功能支援情況、適用裝置及上市時程可能因地區、機型及其他因素而異，相關內容如有變更，恕不另行通知。