

【世界心理健康日】以先進健康研究深入了解身心關聯性

心理健康對人們的生活影響甚遠，從身體健康到與朋友、家人和社群的關係，再到工作生產力等，幾乎涵蓋日常的方方面面。心理健康在整體健康中扮演著關鍵角色，然而現今絕大多數的科技應用，仍以身體健康為設計出發點。三星立足當下、放眼未來，致力打造創新的健康解決方案，並積極與領先的醫療機構和一流學府展開合作，借助先進科技的力量，為身心健康開創新的可能性。

為響應「世界心理健康日」，三星重點闡述其與麻省總醫院、MIT 媒體實驗室、布萊根婦女醫院，以及杜蘭大學醫學院附設心血管研究所正理首進行的研究專案。這些研究藉由檢視多項健康指標，包括憂鬱症、情緒、復原力乃至心血管疾病，深入探討身體與心理健康的關聯性，為全民提供更完善且具預防性的健康方案。

與麻省總醫院聯手出擊，落實憂鬱症的預防與篩檢



麻省總醫院 (MGH) 長期以 Galaxy Watch 作為量測工具，對 150 名不同程度的憂鬱症患者進行健康數據評估，分析憂鬱症與各項生物指標之間的相互關聯性。該研究旨在驗證憂鬱症與各項生物指標之間的相聯性，例如受測者的生物數據模式、活動強度、睡眠階段、平日與假日的睡眠時間與入睡潛伏時間，以識別更詳細具體的特徵。這些研究結果將用於心理健康指標的導入，協助用戶深入了解自身精神狀態，並積極採取各項措施。

攜手 MIT 媒體實驗室，以優質睡眠助力保健



MIT 媒體實驗室藉由連結睡眠模式與整體健康，深入探討睡眠對心理健康的影響。約有 200 名大學生參與這項研究，追蹤其一個月的睡眠情況，並於每天早上自我評估五大健康指標 - 警覺性、幸福感、活力、健康和平靜。研究結果顯示，睡眠與整體健康之間存在密切關聯，其中睡眠時數和睡眠規律性皆對健康造成直接影響。此外，借助混合效應隨機森林 (MERF) 模型，MIT 媒體實驗室得根據每位受試者的睡眠模式預測心理健康指數，平均誤差範圍為 11-15%，與其自我評估結果相吻合。此結果突顯睡眠與心理健康之間息息相關，並展示透過分析睡眠模式，達成評估和管理個人化心理健康的可能性。

與布萊根婦女醫院合作，為快速復原提供助力



目前，布萊根婦女醫院 (BWH) 正在研究生物指標與個體復原力之間的關係，復原力係指個體克服重大壓力源的韌性。作為一項整體衡量標準，復原力顯示人們在遭受疾病、手術等重大事件衝擊後，其身體與心理層面的復原能力。在首個應用案例當中，雙方以接受經導管主動脈瓣膜置換術 (TAVR) 的患者為對象，監測其手術前、手術期間、手術後的情況。Galaxy Watch 即時追蹤參與者的生活型態與健康情況，同時

Samsung Health Research Stack 自動收集和分析數據，該系統專為提升大規模研究的效率和準確性而設計。這項研究旨在深度剖析復原力及承受壓力源的能力，使個體不僅得以從醫療決策獲取資訊，亦有助於了解如何做好因應挑戰的身心準備。

與杜蘭大學醫學院結盟，揪出心血管疾病的風險因子



維持心理健康有助於降低罹患心血管疾病的風險。目前，杜蘭大學醫學院利用 Galaxy Watch 和 Samsung Health SDK 的數據建立生物指標，用以進行心血管疾病風險因子的早期檢測。該研究歷時三年時間，密切監測來自多元人口結構與地區、心血管疾病盛行率和風險因子較高的數千名參與者。參與者的健康記錄和生物識別數據將逐一被分析，以檢視複雜且相互關聯的健康因子。三星和杜蘭大學醫學院附設心血管研究所有志一同，期望合力挖掘心血管疾病的危險因子，成功開發預測及預防個體心血管疾病的演算法。

三星電子資深副總裁暨行動通訊事業部 (MX) 數位健康團隊負責人 Hon Pak 博士表示：「三星致力解鎖前人未曾探索的新領域，為健康社群提供強力後盾。為此，我們與頂尖機構群策群力，加快腳步、全力研究身體與心理健康的關聯性，並結合三星的感應器技術與綜合專業知識，提供真正全方位且具預防性的健康解決方案。」

關於麻省總醫院 (Massachusetts General Hospital)

麻省總醫院成立於 1811 年，為哈佛醫學院最古老且最大型的教學醫院。麻省總醫院研究所執行全美規模最大的醫院研究計劃，每年研究業務經費超過 10 億美元，動員的研究人員超過 9,500 名，橫跨 30 多個研究所、中心和部門。MGH 是 Mass General Brigham 醫療體系的創始成員之一。

關於 MIT 媒體實驗室 (MIT Media Lab)

MIT 媒體實驗室匯聚工程、設計、科學和人文領域的卓越研究，是一個學術成果豐碩的跨學科與創意實作場域，由數十個研究小組、倡議團體與中心組成，合力執行數百項計劃。從健康、加密貨幣、機器人技術到永續未來，其包羅萬象的研究主題，解決全球面臨的諸多挑戰。MIT 媒體實驗室致力於多元化、公平性和包容性，與全球企業、政府、非政府組織、贊助者和其他機構合作，推動跨部門且影響深遠的變革。詳情請參閱 media.mit.edu。

關於布萊根婦女醫院 (Brigham & Women's Hospital)

布萊根婦女醫院是一家位於麻州波士頓的世界級學術醫療中心。該院為來自新英格蘭、美國各地和全球 120 多個地區的患者提供服務。布萊根婦女醫院是哈佛醫學院的主要教學附屬醫院，長久以來以優質的臨床照護馳名，門診量逐年成長。

Brigham 醫療體系網羅新英格蘭的 1,200 名醫生，涵蓋 150 個門診。身為全域醫療的國際領導者，布萊根婦女醫院主導諸多醫學和科學上的突破，改善全球人民的生活品質。

布萊根婦女醫院被《U.S. News & World Report》評選為諸多專業領域的最佳醫院，包括癌症、心血管、糖尿病和內分泌疾病、耳鼻喉、胃腸科和胃腸道手術、長者照護、婦科、神經學和神經外科、骨科、胸腔科、風濕科和泌尿科。

關於杜蘭大學醫學院 (Tulane University School of Medicine)

杜蘭大學醫學院創立於 1834 年，前身為路易斯安那醫學院 (Medical College of Louisiana)，名列美國歷史最悠久的醫學院之一。其以對抗紐奧良黃熱病和天花為創院初衷，並且作為一所領先機構，以醫學教育、研究和病患照護聞名。多年來，該醫學院對醫學界貢獻良多，包括開創性的研究和創新療法。杜蘭大學醫學院自始至終承襲其使命，致力培訓新一代的頂尖醫療照護人才，在醫學知識上精益求精。

杜蘭大學醫學院網羅全球一流師資、研究人員與學生，攜手合作追求突破性的醫學研究與外科醫療發展。從新藥到創新性的照護技術、從雙目顯微鏡到機器人手術的發明，該院始終以先行者之姿，引領現代醫學的創新發展。Tulane Medicine 為下一代醫療從業人員提供廣泛的工具，不分醫療科學或臨床領域，以成功因應瞬息萬變的世界。一看到杜蘭大學醫學院的盾形校徽，就知道培育未來醫學人才的搖籃就在這裡。