

## 密西根大學研究證實 Galaxy Watch 與臨床及運動科學設備檢測結果高度相關

\*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\*



▲ 照片版權：密西根大學董事會。Eric Bronson / Michigan Photography。

三星電子與密西根大學共同宣布，以整合及全面性體育、運動和人類表現相關研究與教育聞名的「密西根大學人類表現與運動科學中心 (HPSSC)」，認證三星 Galaxy Watch 的健身追蹤功能具備高度準確率。

該機構旗下的密西根表現研究實驗室 (MiPR) 發現，Galaxy Watch 在測量心率、出汗量、最大攝氧量和體脂率方面，與臨床及運動科學參考設備得出的數據存在顯著相關，驗證了 Galaxy Watch 偵測功能的可靠性。三星與密西根大學此次合作，彰顯兩個組織如何經由合力互助，讓先進且精確的健康解決方案惠及更多民眾。

MiPR 研究透過監測傑出跑者的關鍵指標，驗證 Galaxy Watch 健身追蹤功能的準確度，其中包括：

- **心率**：心率是鍛鍊中最常見的健康檢測指標，用於測量身體活動時心臟的運作強度。研究結果顯示，跑步時 Galaxy Watch 與心電圖設備的心率測量結果關聯度達到 90%，達到非常出色的高標準。
- **出汗量**：出汗量用以估計於體能活動時流失的液體量，協助指導運動後應補充多少適量水分。研究發現，在評估 2.5 公里至 20 公里等不同距離的出汗量，Galaxy Watch 量測值相關性高達 95%。
- **最大攝氧量**：瞭解運動期間身體攝取的氧氣量，能幫助個人評估自身健康狀態，並加以制定最適目標與極限。研究顯示 Galaxy Watch 與臨床級診斷設備在此指標的相關性達到 82

%，代表 Galaxy Watch 與臨床級診斷設備的一致性落在可接受範圍。

- **體脂率**：比起追蹤體重變化，測量體脂率更有助於瞭解身體健康狀況。Galaxy Watch 測得之讀數，與雙能量 X 光骨密度及全身組成分析儀 ( dual-energy X-ray absorptiometry ，利用低劑量 X 光進行身體組成標準診斷測試 ) 的結果，相關性同樣高達 95%。

三星行動通訊事業部 ( MX ) 資深副總裁暨數位健康團隊負責人 Hon Pak 博士表示：「三星很榮幸獲得權威機構『密西根表現研究實驗室』認可，他們擁有一流研究人員與深厚的穿戴裝置專業知識，讓我們對 Galaxy Watch 的健康追蹤功能準確度充滿信心。我們透過策略性結盟及先進研究，致力為用戶提供精準入微且助益良多的健康追蹤體驗。」

密西根表現研究實驗室 ( MiPR ) 主任暨密西根大學人類表現與運動科學中心 ( HPSSC ) 研究副主任 [Adam Lepley](#) 指出：「與三星的合作展現出將業界領先的專業知識與開創性學術獨立研究相結合的力量。藉由雙方齊心協力，我們能推動科學發現，並將資訊回饋給消費者，進而提升三星技術普及率。這種合作效益強化了學術卓越與產業創新交融的力量。很感謝能有這次的合作機會。」

密西根大學人類表現與運動科學中心 ( HPSSC ) 聯合主任 [Kenneth Kozloff](#) 表示：「很高興能繼續與三星合作，確保人人皆有機會享受到創新穿戴式技術的益處與精準。HPSSC 與 MiPR 迫不及待要公開這些卓越成果，這些成果鞏固了我們提升心率和健康監測的承諾，我們也萬分期待未來的合作。」

從制定個人目標到鍛鍊後的休息恢復，只要善用 Galaxy Watch 系列下列小技巧，就能如虎添翼，助力用戶邁向健康：

- **身體組成<sup>(註一)</sup>**：全方位掌握身體概況，包括體脂率、身體含水量與骨骼肌重等等。根據目前身體狀態量身制定目標，並持續追蹤進度。
- **個人化心率區間**：針對從事的活動建立個人化心率區間，幫助落實理想身心靈健康，並根據自身體能安排最適訓練強度。
- **最大攝氧量<sup>(註二)</sup>**：分析活動時身體消耗的氧氣量，藉此更深入地解析健康狀況。一般廣泛認為最大攝氧量是心血管耐力的最佳指標。
- **出汗量**：於跑步後測量出汗量，並根據數值在每次健身後適當補充水分，加速恢復體力。

## 關於 HPSSC 和 MiPR.

「人類表現與運動科學中心 ( HPSSC )」旨在協助並促進密西根大學對於整合性及全面性體育、運動和人體表現相關的研究與教育。透過跨領域創新專案，HPSSC 致力將體育與運動研究發現，應用在各類型、年齡和不同能力的群體。HPSSC 旗下設有「密西根表現研究實驗室 ( MiPR )」，目的是幫助頂尖運動員與一般民眾達到個人表現巔峰。MiPR 團隊透過研究人體動作背後的生物力學與生理學，讓身體機制發揮最大效用，增強傷害復原能力，並確保長期健

康。請前往官網瞭解更多訊息：[hpssc.umich.edu](https://hpssc.umich.edu) 與 [hpssc.umich.edu/performance-lab](https://hpssc.umich.edu/performance-lab)。

註一：僅三星 Galaxy Watch4 系列及之後發佈的 Galaxy Watch 型號支援身體組成檢測功能。如裝有植入式心臟調節器、其它植入式醫療裝置或已懷孕，請勿使用身體組成。任何透過裝置和應用程式取得之健康相關資訊不得作為醫療建議。如未滿 20 歲，則測量結果可能不準確。量測結果僅供個人參考。請諮詢醫療專業人士相關建議。

註二：若要取得準確最大攝氧量讀數，必須開啟 GPS 並在戶外跑步至少 20 分鐘。使用前請參閱用戶手冊。