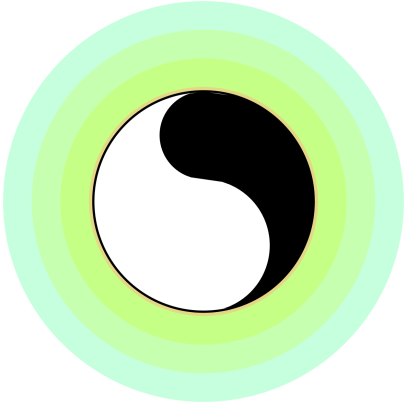
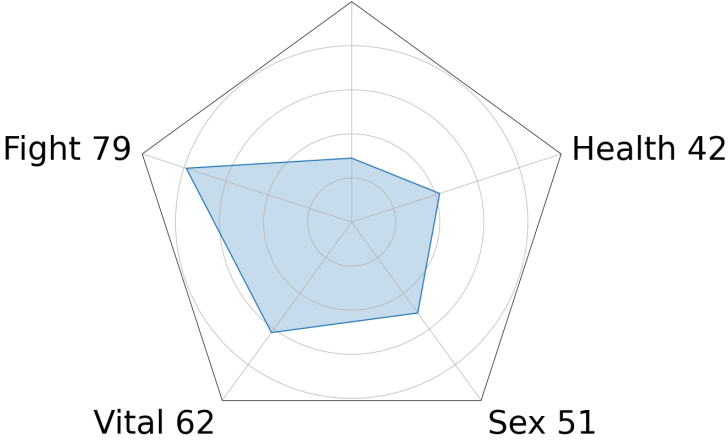


HRV REPORT

姓名：	郭博昭			操作員：	
ID：	789BB267AB			檢測日期：	2024/09/24
性別：	男	BMI：	23.15	檢測時間：	15:21:42
生日：	1968/03/31	年齡：	56	儀器編號：	007F0055

檢測項目		標準範圍/單位	說明
心率 Heart Rate	91.8	60~100 次/分	正常
正常R-R間距變化 RRIV	24.81	高於15%	正常
體質量指數 BMI	23.15	18.5~24.0	正常範圍
自律神經年齡 ANS Age	46	低於或等於實際年齡	自律神經年齡年輕化
自律神經總體功能 ANS	5.18	平均數值 ms2	正常
	0.59	標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	
交感神經功能 SYM	71.7	平均數值 %	正常
	1.46	標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	
副交感神經功能 VAG	4.13	平均數值 ms2	正常
	0.05	標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	
N-N間距標準差 SDNN	21.2	20 ~ 100 ms	正常
交感調控 SYM modulation	1.05	0.8~1.5	正常
自律神經偏向 Balance	1.41	-1.5~1.5	輕微偏向交感

HRV Report							
ANS AGE		46					
		<div>Heart 29</div>  <div>Fight 79</div> <div>Health 42</div> <div>Sex 51</div> <div>Vital 62</div>					
Datadate	Device ID	HR	SD	TP	VL	HF	LF
2024/09/24	007F0055	91.8	21.2	487	240	62	177

太極圖



圓面積的
大小

小

常見於生病或是老年人，
生理年齡比較老，
元氣弱、精力虛。

大

健康人或小孩子，
生理年齡比較年輕，
元氣強、精力盛。

顏色的
分佈

副交感神經



交感神經

活性較強的面積較大，黑
白分佈平衡是較好的，嚴
重偏向某一方
可能出現一些不適。

男性容易偏交感，
女性容易偏副交感。



嚴重偏交感

可能有失眠、壓力大、
易熱、易怒、易煩躁、
血壓偏高、頭痛、
心跳過快等。

建議：
靜坐冥想，運動紓壓。



嚴重偏副交感

可能有過敏體質、精神不振、
暈眩、起床不易清醒、
消化不良、血壓偏低、易冷、
疲倦、心跳過慢等。

建議：
充足睡眠，調整飲食。

五力圖

「油門」專注、警覺、興奮
心跳呼吸加速、
面臨壓力或緊張狀態

緊繃 亢奮
醒覺 戰鬥力
事業

生命力

不受意識控制，
掌管心跳、呼吸、
血壓等生理活動

平均心率為 72 次/分，
通常靜止心跳較慢較佳

HEART
心率

安定力

心跳間的變異量，
心臟因應外在改變的能力。

HEALTH
心率變異

調節
保健力

FIGHT
交感

VITAL
自律神經

SEX
副交感

「剎車」休息、放鬆、消化
心跳呼吸放慢、
進食消化、保持體力

睡意 恢復力

家庭 舒緩 繁殖