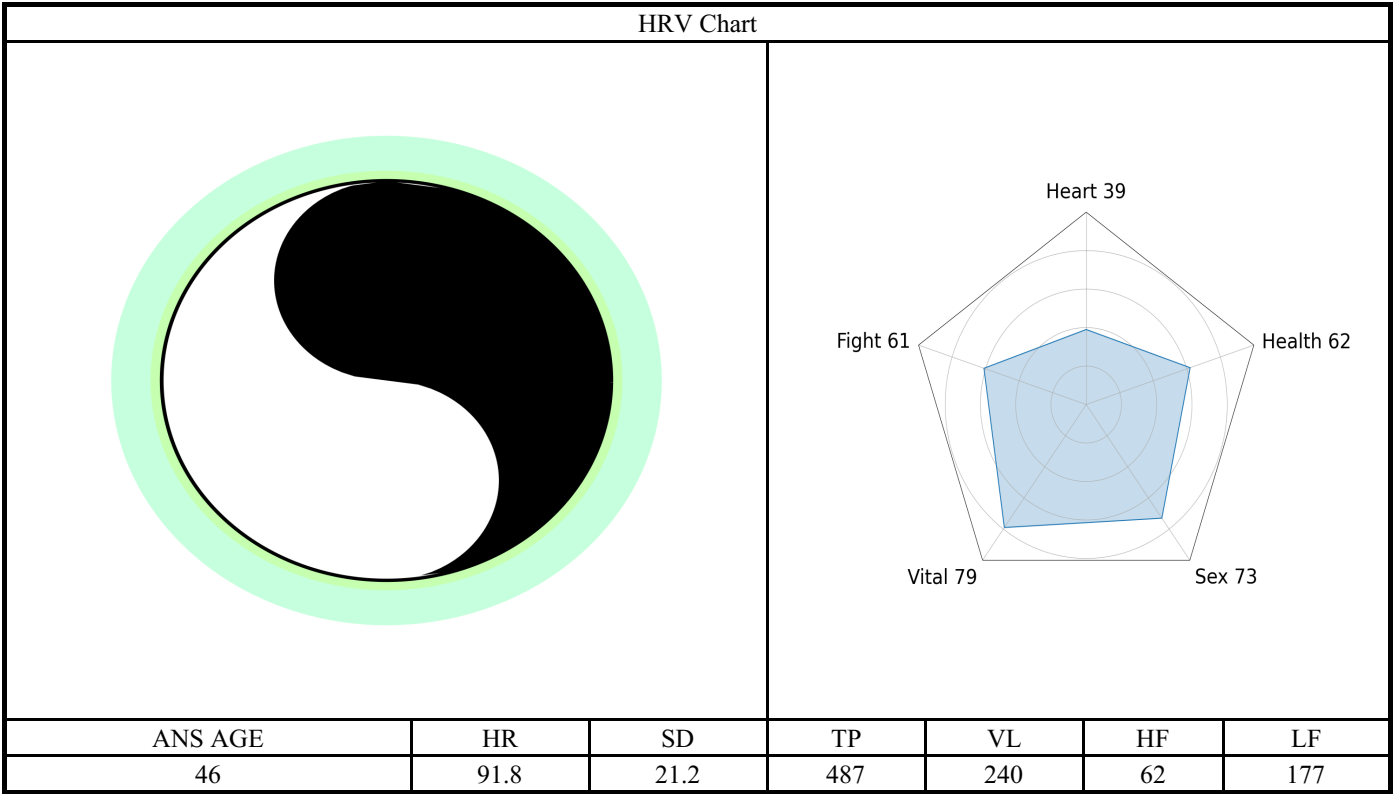




姓名：張三
ID：007F0055
性別：男 BMI：22.5
生日：1990/01/01 年齡：34

操作員：李四
檢測日期：2024/09/24
檢測時間：10:30 AM
儀器編號：X123456789

檢測項目		標準範圍/單位	說明
體質量指數 BMI	22.5	18.5~24.0	正常
心率 Heart Rate	91.8	60~100 次/分	正常
N-N間距標準差 SDNN	21.2	20 ~ 100 ms	正常
均方根標準差 RMSSD	30.5	高於20	正常
自律神經年齡 ANS Age	46	低於或等於實際年齡	正常
自律神經總體功能 ANS	25 5	平均數值 ms2 標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	正常
交感神經功能 SYM	75 10	平均數值 % 標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	正常
副交感神經功能 VAG	65 8	平均數值 ms2 標準差數值 $\pm 1.5\sigma$	正常
交感調控 SYM modulation	1.0	0.8~1.5	正常
自律神經偏向 Balance	0.5	-1.5~1.5	平衡



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 安定力
心率

心跳間的變異量，
心臟因應外在改變的能力。

HEALTH 調節
保健力
心率變異

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