

# A problem that a smartphone app can solve

## Idea

Think about ways to support personal healthcare.

## 1.What is the context?

健康产业已成为全球热点，继蒸汽机引发“机械化时代”以及后来的“电气化时代”“计算机时代”和“信息网络时代”之后，当前已经到来是“健康保健时代”。区别于传统的医药和保健，具有实时性、多样化、定制化的健康监测已经越来越被人们所看好，远程化、信息化日益成为人们的需求。

## 2.What is the problem?

目前，国内的大多数健康管理手段多从某一方面进行管理，比如某个病种、运动、营养方面，或者通过体检预防疾病。但当我们处于亚健康状态，体检数据未达到疾病的指标时，体检就无法找到问题所在，也就无法满足健康需求。近年来慢性病发病率逐年增高，如果不从生活方式上改善，就无法根治健康隐患。所以，我们需要一个途径，来进行对全人群、全生命周期的健康管理，做到疾病的零级预防。

## 3.Why is it an important problem to solve?

### 1.实现疾病的早期干预

健康管理的重点是预防疾病和早期干预。通过提供健康信息、追踪健康指标和提供个性化建议，人们可以更早地发现潜在的健康问题，并及时采取措施来预防疾病的发展。

### 2.提高康复质量

健康管理可以让患者对自己的健康状况有更加全面的把握，通过定期进行检测，人们能够更好地管理慢性病的康复过程。

### 3.提供个性化、有针对性的健康支持

健康管理应用可以提供个性化的健康建议和支持，根据用户的健康数据和需求进行定制。这使得健康管理更加具有针对性和可及性。

## 4.Why is a smartphone app a proper solution?

### 1.便利性

手机应用的一大特点就是随时可用，人们几乎随身携带手机，这使得用户能够方便地获取健康相关信息，追踪健康指标，接收提醒等等。

## 2.定制化服务

手机拥有传感器等功能，还可以与手环等可穿戴设备相集成，穿戴技术能通过对预防和观察的对象进行实时、分布、移动式的监护，极大提高数据和信息采集的效率和精度。

## 3.用户体验

手机应用可以提供更沉浸和直观的用户界面，它们可以利用设备的触摸手势、摄像头等功能，提供无缝且引人入胜的用户体验。而且相比于网站，手机应用在通知和推送方面具有得天独厚的优势。