

수면 : 최고의 행복

팀 명 : 인생에 Error 난 사람들

목차

1. 개요
2. 문제점 파악
3. 수면 단계
4. 앱 소개
5. 아이템 개발 계획

개요

최신기사

잠 못 이루는 사람 400만명...불면증 치료제 부작용 속출

송고시간 | 2016-08-03 07:00



지난해 45만5천여명 병원 찾아...매년 증가, "약물 대신 근본 원인 찾아야"
'졸피뎀' 의존도 커져 관련 시장도 성장...부작용 속출에 규제 목소리도

(창원=연합뉴스) 박정현 기자 = 중세시대 유럽 사람들은 잠을 끊어서 하루에 두 번 잤다.



HOME > 정책 > 보건복지

한국인 100명 중 1명 불면증, 진료인원 매년 ↑

☞ 고신정 기자 | ☞ 승인 2018.03.28 12:18 | ☞ 댓글 0

건보공단 빅데이터 분석, 환자 10명 중 6명은 50~70대

불면증으로 인해 병원을 찾은 환자의 숫자가 지난해 54만명에 이른 것으로 집계됐다.

국민 100명 중 1명 꼴로, 진료인원이 해마다 늘어나는 추세다.

이는 국민건강보험공단이 건강보험 빅데이터를 활용해 최근 5년간 건강보험 적용대상자 가운데 불면증 질환으로 요양기관을 이용한 진료현황을 분석한 결과다.

이에 따르면 최근 5년 간 건강보험 가입자 중 '불면증' 질환으로 요양기관을 방문한 진료인원은 매년 꾸준히 늘어나고 있다. 2012년 40만 3417명이었던 환자는 2016년에는 54만 1958명으로 34.3%가 증가했다.

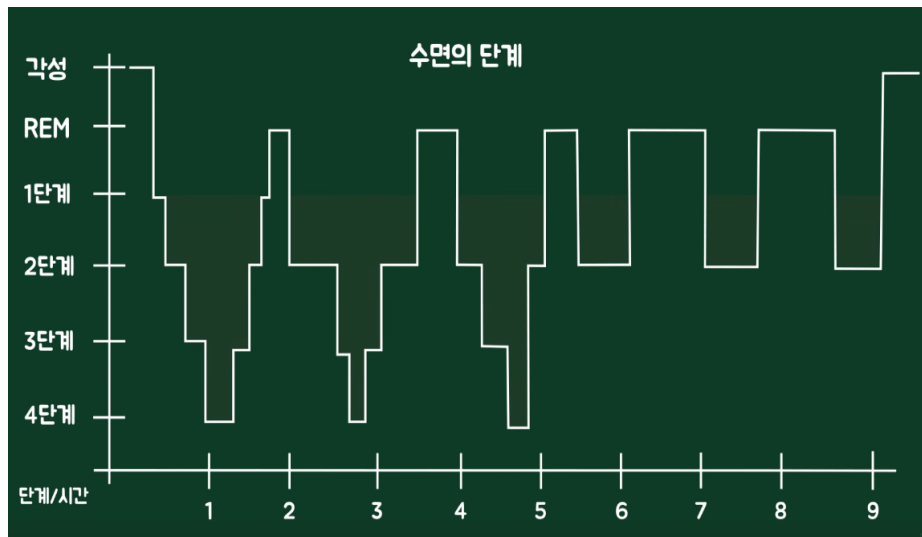
구분	'12년	'13년	'14년	'15년	'16년	(단위 : 명, %)	
						증감 (12년 대비)	증감률 (12년 대비)
진료인원	403,417	429,226	464,543	513,192	541,958	138,541	34.3
남자	152,603	162,832	177,267	199,424	209,530	56,927	37.3
여자	250,814	266,394	287,276	313,768	332,428	81,614	32.5

▲ 2012~2016년 불면증 진료인원(국민건강보험공단)

문제점 파악하기

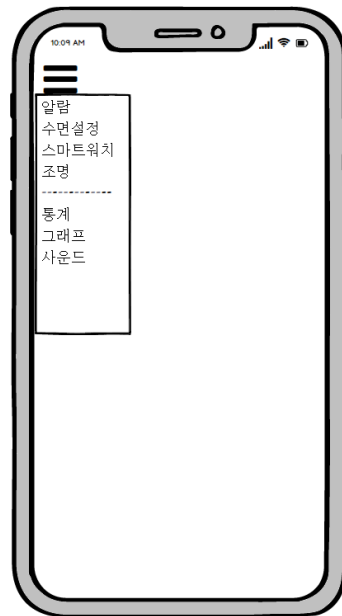
1. 스마트폰 과다 사용으로 인한 부족한 수면
2. 주변 환경과 상황에 의한 생활리듬의 파괴
3. 스트레스로 인한 수면 장애

수면의 단계

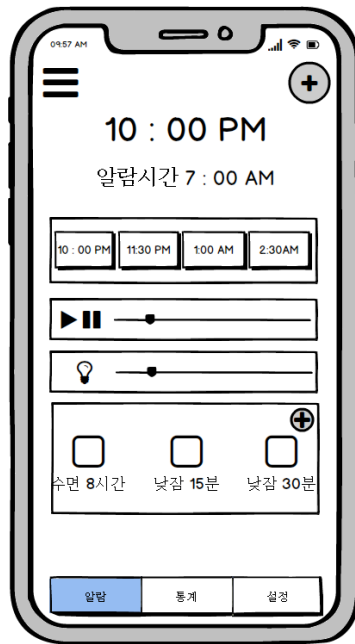


- 1) 수면의 3~4단계는 숙면의 단계로 잠을 깨기가 힘들.
- 1) 그러므로 수면의 1~2단계에서 깨는것이 가장 좋음.

앱 소개



앱 소개



- Xiaomi Smart Lamp 2 (무드등)과의 연계
 - ◆ 원하는 시간에 자동으로 램프를 On/Off
- Wear OS 연동 기능
 - ◆ 수면 시간이 되었을 때 알림 전송
 - ◆ 수면 패턴 분석

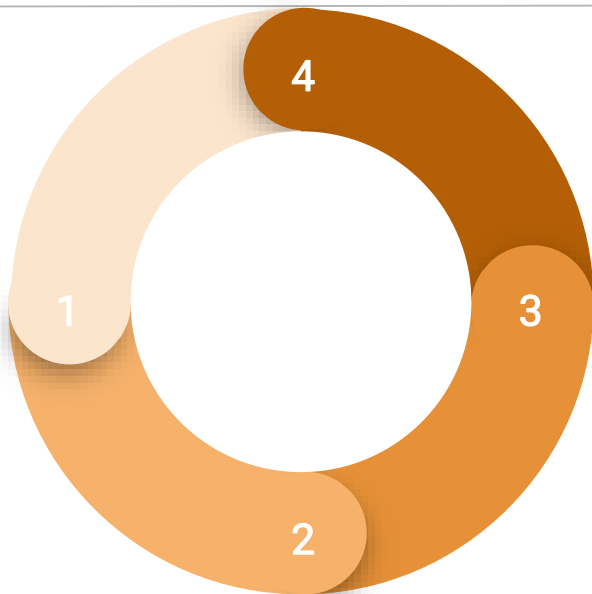
아이템 개발 계획

프로토타입

안드로이드 스튜디오를 사용한
협업을 통한 애플리케이션 개발

공유

주변의 지인이나 친구에게
클로즈 베타 형태의 앱 배포



개선

알려진 문제점 분석 및
해결방안 찾기

피드백 받기

사용 중 발견된 문제점 확인

Q & A



THANK YOU