登录部分

推荐部分

根据摄入量推荐合理睡眠时间

喝咖啡减脂,喝咖啡-心率

个人中心

健康

1 UI部分

参考"华为Health"的卡片式UI设计



2 功能分区部分

咖啡记录

1.咖啡的饮用

- 饮用时间
- 饮用剂量



2.咖啡因相关

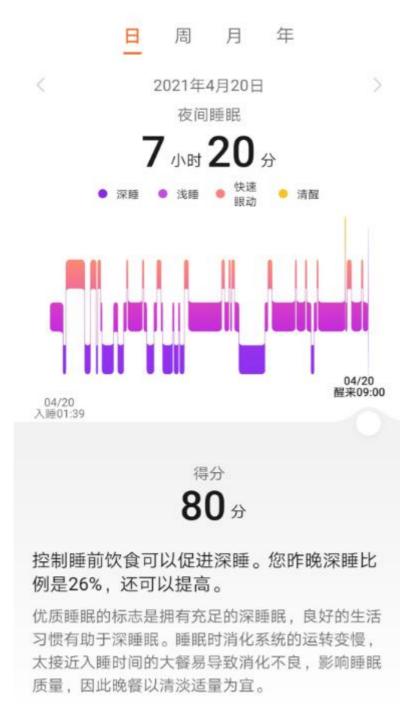
- 咖啡种类
- 咖啡因含量 https://zhuanlan.zhihu.com/p/47574375
- 预计体内咖啡因含量随代谢的变化 (曲线图)

睡眠

1.记录类数据

(尝试接入HUAWEI Health等平台,硬件支持)

| 条目 | 呈现形式 |
|--------|------|
| 清醒时间 | 方形图 |
| 睡眠时长 | 扇形图 |
| 深睡时间 | 扇形图 |
| 浅睡时间 | 扇形图 |
| 快速眼动时间 | 扇形图 |



2.建议类数据

记录喝下咖啡的时间, 多久之后睡着

- 对个人样本进行记录,记录一个人喝了一段时间咖啡后,每次入睡时间,推断出下一次咖啡对他清醒程度的影响
- 基于已有的数据,考察全中国相同年龄、相同职业的人群,咖啡因对其睡眠延后时间的影响

3.Recommend部分

- 接入已有的iGEM公众号文章,提供高质量睡眠指导
- 咖啡因利弊常识

心率

1.记录类数据

(尝试接入HUAWEI Health等平台,硬件支持)

| 条目 | 呈现形式 |
|--------------------|------|
| 心率变化范围 | 折线图 |
| 静息心率 | 平均值 |
| 危险心率预警 | |
| 不同时间尺度(日、周、月)心率的变化 | |

2.建议类数据

根据危险心率(过高、过低)提供心率建议



others