

預測下一個身體狀態

如果我們累積關於身體狀態的數據，例如近視程度、體重，以及所有常規體檢的參數，然後在此數據上訓練一個 AI 模型，我們就能預測未來的身體狀態，這類似於預測序列中的下一個詞彙。

我們還可以記錄我們呼吸的空氣、攝取的食物，以及我們的身體如何與物理世界互動的信息，以理解這些因素與健康結果之間的因果關係。例如，過量攝取糖分可能導致糖尿病。

這種方法能夠幫助人們做出明智的決定並採取預防措施，從而过上更長壽、更健康的生活。