

文章编号: 2095-2163(2019)06-0316-03

中图分类号: R193

文献标志码: A

“互联网+”背景下人们健康生活方式的改变及健康应用

张至柔

(上海工程技术大学 管理学院, 上海 201620)

摘要: 随着全面小康社会的临近,信息的变化使人们的生活方式发生了翻天覆地的变化,人们的新型生活方式与健康管理的也随之成为了社会的焦点。如何利用互联网技术影响人们今后的健康生活方式,将会是今后社会各界研究的重点。而“互联网+”与各种智能技术的结合也创造出许多新的业态,这些成果将为健康领域带来前所未有的变革。

关键词: 互联网; 健康生活方式; 智能技术; 健康应用

Changes in People's healthy lifestyle and health applications under the "Internet+" background

ZHANG Zhirou

(School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai 201620, China)

[Abstract] With the approach of a well-off society in an all-round way, the changes in information have caused earth-shaking changes in people's lifestyles. People's new lifestyles and health management have also become the focus of society. So how to use Internet technology to influence people's healthy lifestyles in the future will be the focus of social research within a certain time. The combination of "Internet +" and various smart technologies has also created many new formats that will bring unprecedented changes to the health field.

[Key words] Internet; healthy lifestyle; intelligent technology; healthy application

0 引言

健康是人们一直以来关注的重要问题,党的十八届五中全会、“十三五”规划纲要都对实施网络强国战略、“互联网+”行动计划等做出部署,尤其是健康中国战略和“互联网+”的结合,这对人们的生活与健康方式产生了重大的影响。2015年,第十二届全国人民代表大会第三次会议上李克强总理报告中指出,积极利用“互联网+”,提出制定“互联网+”行动计划。2018年4月,国务院印发了《关于促进“互联网+医疗健康”发展的意见》,加深互联网与医疗健康的深度融合。“十二五”期间,为了促进健康产业的发展出台了一系列政策文件,“十三五”期间,中国继续提出推进“健康中国”的新目标,十九大报告明确指出“实施健康中国战略”,加强大健康产业相关政策的出台以及政府政策的引导作用。

1 “互联网+”背景下对人们健康生活方式的影响

在过去的十年里,“健康的生活方式”是一个重要的理论进步。健康的生活方式认为:行为是在群

体中发生的,并且之间相互影响着^[3]。图1为互联网对生活方式以及健康的影响分析。

互联网使用包括对“互联网+”的应用程度、网络使用时间、网络社交、网络阅读、网络消费等方面的应用,并通过健康知识和社会的干预影响着人们的生活方式。其中由人与人之间的社交关系、社会的经济水平、社会的支持程度、信息的真实性组成的社会干预和健康知识的传播共同影响了人们生活方式的改变。这一变化导致了人们对健康管理态度的转变,主要包括有医疗服务的使用,智能健康软件的运用、自我导向健康行为思路的转变。

假设,将互联网的使用造成的生活方式转变视为中介变量^[4],可以用下面方程来描述变量之间的关系,相应的路径如图2所示。

2 “互联网+健康”的主要技术应用

2.1 互联网与健康人工智能技术

自《“健康中国2030”规划纲要》刊发出来,人们对健康越来越重视,很多地区采用互联网和人工智能的结合,创建了医疗服务体系,现在中国很多地方也开始实行了居民电子档案,通过互联网导入居

作者简介:张至柔(1994-),女,硕士研究生,主要研究方向:社会保障。

收稿日期:2019-07-13

民的健康信息,及时向用户反映健康状况。也可采用这一技术创建一个专家系统,利用先进的科学技术来构建健康管理系统。如全社会的医疗保健系统

以及医疗方面的检查、诊断、老年人护理、医生医嘱等都可以运用指纹识别技术,从而提高整个社会的运行效率。

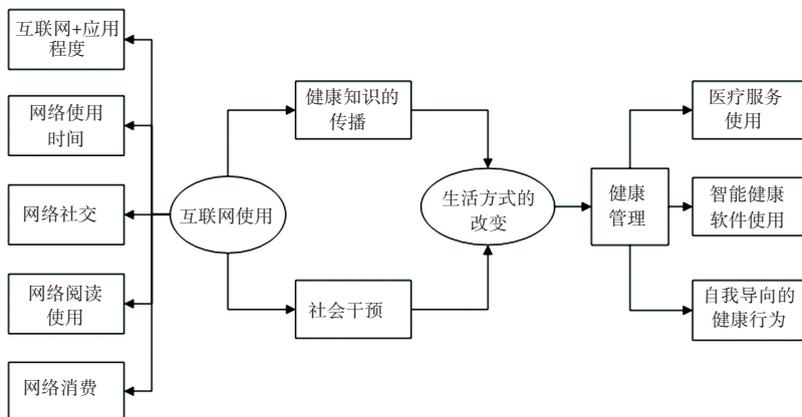


图 1 互联网使用对生活方式改变及健康管理影响示意图

Fig. 1 A sketch map of the impact of Internet use on lifestyle change and health management

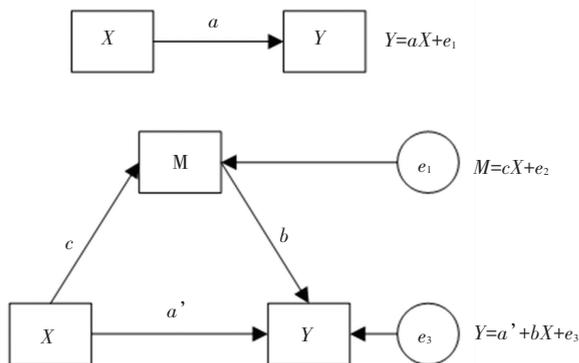


图 2 变量路径图

Fig. 2 Variable path map

2.2 互联网与智能手机

智能手机对人们健康生活的应用。比如:利用智能手机的全球定位系统记录用户每天、每周甚至每个月的健身记录、运动时长、当时心率以及每日所消耗的卡路里。上海已推出“上海健康云”APP,“健康·上海”和“上海健康网”手机 APP,其会每日给用户推荐一些健康常识,使用户更好地管理自己的健康状况。苹果系统中的 Healthy book 也可以实时监测用户的健康状况,通过对用户脑电波的测量进行睡眠监测。智能手表、智能手环在健康检测中的应用,将会使社会产生巨大的变革。

2.3 互联网与大数据信息

互联网与大数据信息的结合,主要是利用数据分析中国的医疗资源分布,通过数据的测量,检测出各个区域的资源分布,如慢性病人群、亚健康人群、患病人群及各个地方公共资源利用率不足的问题^[5]。利用云端计算与大数据的组合导入每个人

的健康信息,建立数据库并依据患者的病症与身体特性发出及时的健康信号,给患者提出近期的病状警告,这样可以有效地解决农村或偏远山区的就医问题,以免耽误一些人的紧急救助时间,大城市人们因为工作压力导致的亚健康也能因此而解决。除此之外,“互联网+”与大数据的结合,对人们健康管理的应用、实时收集患者病理数据、疑难杂症分析数据,以及处理公共卫生的突发事件具有广阔的前景。

2.4 互联网与智能可穿戴设备

谷歌公司与 Noone 公司达成协议,将可穿戴技术运用在隐形眼镜中,利用眼泪来检测人体内的血糖浓度。苹果、三星两个公司设想利用互联网与可穿戴技术的结合来检测人体内血糖的浓度,以便对糖尿病患者进行监控^[6]。Daqri 公司设计的智能头盔,其外形跟普通的帽子无差,但在里面安装了摄像机和传感器,通过网络云端计算健康服务设备,对人们的血压、血糖、血脂、心率、体温进行全天的实时监控^[7]。美的公司也推出了一款智能测量人们心情的技术,人们回家通过带上智能检测头带,就可以检测出用户当下的心情,根据心情的变化调整适合此时心情的灯光和音乐,从而有利于缓解用户工作压力。

3 结束语

互联网早已渗透到人们生活的方方面面,互联网作为人与人之间交流的重要媒介,兼具大众传媒和人际传播优势于一身的传播工具,有效地干预了 (下转第 321 页)