



遠傳健康+APP

數位轉型醫療升級 健康樂活e起來



執行規劃-與合作之院所共同執行

1. 與基層醫療群、醫院共同執行



診所群



醫院

3. 使用遠傳數位工具進行量測追蹤與上傳



2. 院所篩選適合對象，並取得計畫執行之同意



4. 前後結果比對與成果分析



民眾下載健康+ APP即可免費使用

Health健康+ APP

視訊看診 在家享健康

多元主題諮詢 輕鬆看診免出門



使用好處



輕鬆記錄健康數據

- ✓ 只要一個 APP 就可同時管理步數、血壓、睡眠、體重、運動時間...等多項健康數據。
- ✓ 除了手動輸入，更串接多品牌藍芽設備，數據自動同步不漏接。
- ✓ 平時記錄的健康數據視訊時可分享給專家，讓您的健康紀錄更有價值。



線上即時專家諮詢

- ✓ 連結醫療、健康管理、照護專業機構，提供個人化健康管理諮詢服務。
- ✓ 依照健康需求，免出門線上輕鬆約，就像隨身攜帶健康管理師。
- ✓ 您可即時分享 APP 的健康數據給專家，與專家共同討論您的健康紀錄。

支援手動新增數據

- 可隨時量測後手動輸入新增紀錄，並提供數據趨勢分析。



以新增體重為例

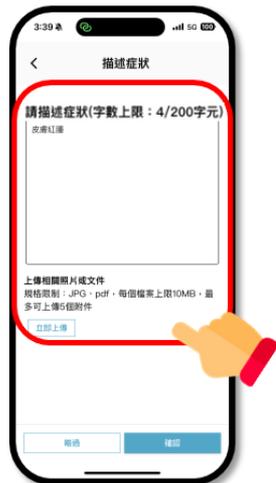
提供專屬預約資訊與視訊空間，隱私有保障

- 民眾可於預約掛號時，可描述主要症況或上傳檔案，讓醫師、專家於看診前或看診中參考。
- 民眾可於掛號時，同意授權健康數據分享給遠端醫師、專家。

1 選擇預約



2 可描述症狀或上傳檔案



3 輸入預約資訊



4 勾選同意書與授權



5 預約成功



視訊門診專屬衛教諮詢流程

民眾端
Health健康+
APP



傳送專屬
衛教資訊

面對高血壓，我能做什麼？

● 常常量血壓

1. 測量血壓前休息至少5分鐘以上。
2. 坐著量正確，身體放鬆，不要講話，上臂與心臟保持在同一水平位置。
3. 血壓值容易變動，建議每次量測最好選擇一定的時間、部位進行測量及紀錄，以便對照。

● 血壓值分類

分類	收縮壓 (mmHg)	舒張壓 (mmHg)
正常血壓	<120	<80
高血壓前期	120-139	或 80-89
第一階段高血壓	140-159	或 90-99
第二階段高血壓	≥160	或 ≥100

● 健康生活

- 均衡飲食**
- 規律運動**
- 不吸菸**

健康諮詢專線：0800-636363



專案經理聯絡窗口

遠傳 FET 遠傳電信股份有限公司

黃瑋晴 產品經理

資訊暨數位轉型科技群
數位科技暨產業應用處

☎ +886 960 122 331

✉ wendyhuang3@fareastone.com.tw

📍 台北市114內湖區港墘路220號



遠傳 FET

只有遠傳 沒有距離

