

گزارش چالش‌های هفتگی کارگروه فناوری

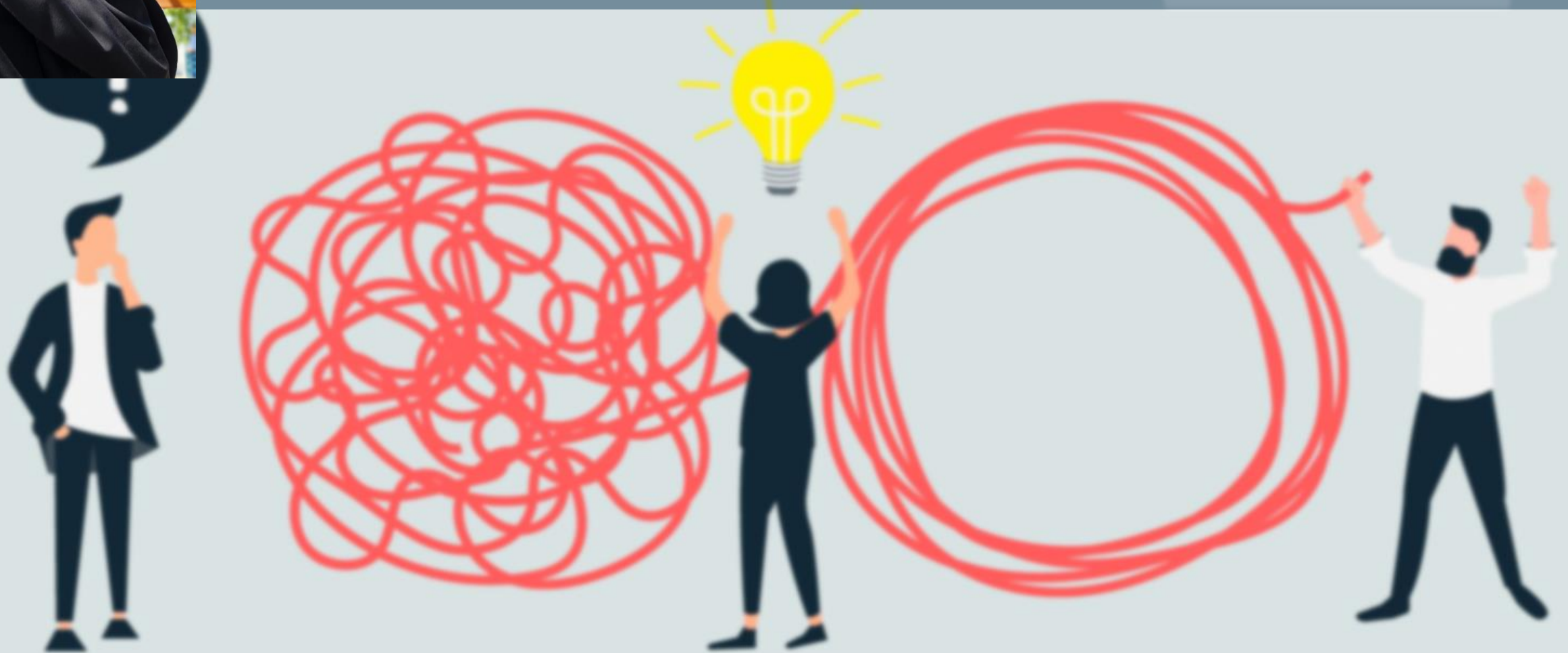
رویداد تربیت دیدبان - بهار و تابستان ۱۴۰۲

## چالش ۱

تدوین گزارش: سمانه نوظهور

مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، ع پ مراغه

تیم: هوش مصنوعی - توسعه و کشف دارو/ رویکردهای نوین مدیریت



## برگزاری چالش در تاریخ 15 خرداد ماه ۱۴۰۲

موضوع چالش :

✓ استفاده از اپلیکیشن‌های مرتبط با سلامت در گوشی شخصی

✓ نام اپلیکیشن و کاربرد آن

✓ چرایی عدم استفاده

تعداد شرکت کنندگان: ۱۱ نفر

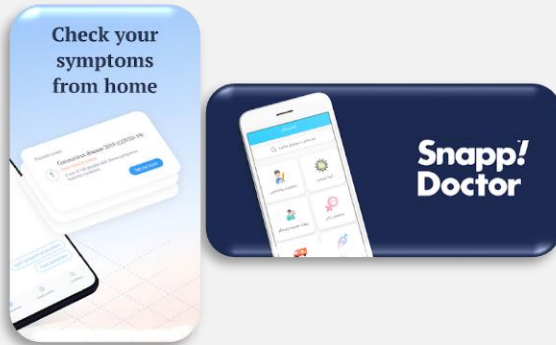


## Challenges & contributors

# شرکت کنندگان در چالش



خانم شمسی اختیار



آقای حسین رضازاده



آقای میلاد کمیلی



خانم سمانه عابدینی



خانم فاطمه میرغفاری



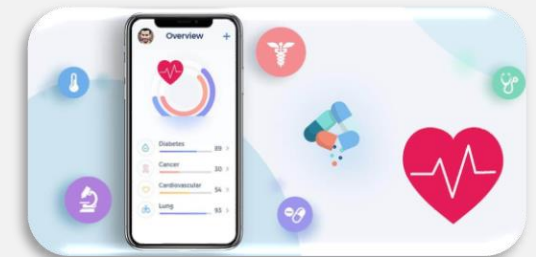
خانم زهرا محمودی



آقای عارف شایگان مهر



آقای درگاه مهربانی



خانم پریسا دهقانپان  
خانم الهام حق شناس

# مشارکت کنندگان



NATIONAL AIDS CONTROL  
ORGANIZATION (NACO)



SUBMITTED BY:  
AMRITPAL SINGH  
ROLL NO - 06



آقای عارف شایگان مهر

تیم: بهبود روند و سرعت تشخیص  
بیماری

اپلیکیشن های زیادی در مورد ورزش و تغذیه و رژیم و عادات غذایی و خواب وجود دارد با این حال دوتا اپلیکیشن در حوزه سلامت را می توان به **Baby Heartbeat Liner** اشاره کرد که به مادران باردار اجازه میدهد درخصوص نگرانی عدم تحرک جنین با شنیدن صدای قلبش رو بر طرف کنه، و **NACO** که در خصوص کنترل و پیشگیری **HIV** در هندوستان بسیار موفق بوده است.

\_لینک و توضیحات اپلیکیشن شنیدن صدای قلب جنین :

<https://www.dailymobile.ir/14672/my-babys-beat-heart-monitor-android/>

و همینطور لینک اپلیکیشن **NACO**:

[https://m.timesofindia.com/city/visakhapatnam/naco-develops-app-to-bust-myths-around-hiv/aids/amp\\_articleshow/62206726.cms](https://m.timesofindia.com/city/visakhapatnam/naco-develops-app-to-bust-myths-around-hiv/aids/amp_articleshow/62206726.cms)

# مشارکت کنندگان



سلام و درود روز بر همه دوستان بخیر و خوشی  
این برنامه S Health است که من چند سالی استفاده میکنم و فعالیت مختلف روزانه را  
بصورت هوشمند ثبت میکنه و روند فعالیت ها را می تونید چک کنید و تاثیر فعالیت ها  
را بر سلامتی را گزارش میکنه.  
با آرزوی سلامتی برای همه دوستان.



آقای طاهر درگاه مهربانی

تیم: بلاکچین



سلام و وقت بخیر من به عنوان یه مامان نرم افزار سلامتی ک دارم اینه.  
روند رشد و تغذیه کودکم رو با این اپ دنبال میکنم



خانم سمانه عابدینی

تیم: رویکردهای نوین مدیریت

# مشارکت کنندگان



خانم پریسا دهقانیان

تیم: پزشکی شخصی سازی شده

سلام.

من هیچ اپ مرتبط با سلامتی ندارم و دلیلش هم اینه که کلا اهل دنبال کردن یه چیز روتین نیستم.

تصورم این بوده که استفاده از این اپ ها نیاز به توجه روزانه داره و باید پیگیر بود. تا الان اراده استفاده از اونارو به این دلیل نداشتم. ایشالا که در آینده بیشتر توجه کنم.

# مشارکت کنندگان



سلام  
چه چالش جالبی ....  
من تا حالا به این موضوع دقت نکرده بودم الان رفتم دیدم من هیچ اپ مربوط به  
سلامتی ندارم تو گوشیم 😊  
واقعا علت خاصی نداره احتمالا احساس نیاز نکردم.

خانم الهام حق شناس

تیم: پزشکی از راه دور

# مشارکت کنندگان



من از اپ آرامیا برای سلامت روانم استفاده میکنم.

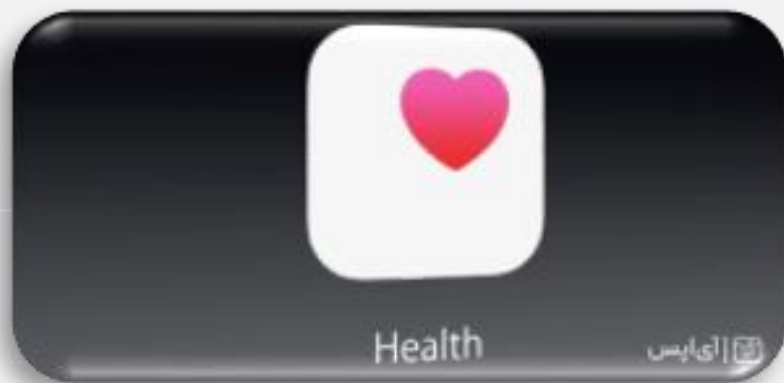
این اپ شامل تمرین تنفس و کلی دوره های مختلف مدیتیشن هست.  
که یک دوره رایگان داره و باقی دوره ها با اشتراک ماهانه، سالانه و... قابل خریداری هست.



خانم فاطمه میرغفاری

تیم: پزشکی از راه دور

# مشارکت کنندگان



سلام مجدد من اومدم که کامل توضیح بدم راجع به این اپ Health روی گوشیم خودش نصب بود و من نصبش نکردم.

اما از زمانی ازش استفاده میکنم سعی کردم تا حد امکان هر روز به روند ثابت و بعضی وقتا رو به جلو داشته باشم باهاش و واقعا هم موثر بوده و وزنم از ۶۲ رسوندم به ۵۹ که همین الانم اپدیتش کردم و چند وقتی به وزنم ثابت شده و الان بیشتر دارم روی ورزش و روتین شدنش برای همیشه کار میکنم.

تعداد قدمام و میزان پیاده روی یا دویدن رو به کیلومتر نشون میده، همینطور چون عادت داشتم صدای هندزفری رو خیلی بلند میکردم هشدار برای این حالت هم براش گذاشتم.  
موردهایی دیگه مثل فشارخون و ضربان قلب هم داره که من هنوز ازش استفاده نکردم.  
اما در کل قضیه تناسب اندام برام با این اپ نظم گرفت.

فقط به موردی که هست حتما باید گوشی توی جیبتون باشه مثلا من روتین روزانه رو که جدیداً صبح دیگه گوشی رو اول چک نمیکنم ترک کردم بخاطر همین از صبح هیچ فعالیتی ثبت نکرده، اما موقع پیاده رویم میذارم توی جیبم و با موزیک ورزشمو انجام میدم و تمام.



خانم زهرا محمودی

تیم: پزشکی از راه دور

# مشارکت کنندگان

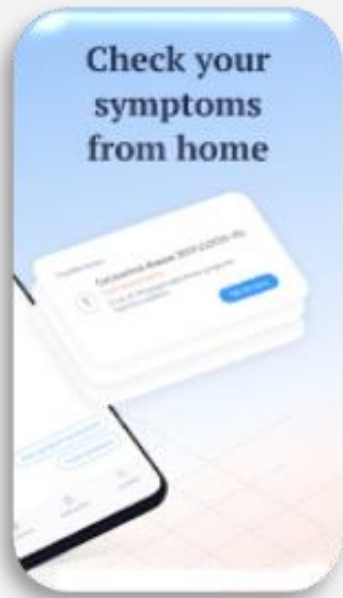


سلام و عرض ادب خدمت تمام دوستان  
من اپ بشقاب و health خود smart watch ، رو مرتب استفاده می کنم با هدف کالری  
شماری و استفاده از تعداد قدم ها به هنگام پیاده وری و دویدن  
و app های اسنپ پزشکی و ماسک رو دارم که زیاد استفاده نکردم.

خانم شمسى اختيار

تیم: رویکردهای نوین مدیریت

# مشارکت کنندگان



اسنپ دکتر ،یک نمونه موفق از تله مدیسین خودم تا حالا استفاده نکردم ولی به دوستانی که در شهر های کوچک هستن و به متخصص دسترسی ندارن تا الان خیلی پیشنهاد دادم و راضی بودند. اپلیکیشن ada هر زمانی که مشکلی برای شما یا اطرافیانتون پیش بیاد میتونین با این اپلیکیشن تشخیص های شایع رو بفهمید. ازتون شرح حال کامل میگیره و تشخیص های احتمالی با میزان احتمالشونو میگه

نمونه خارجی زیاد داره ولی نمونه داخلی موفق نداره (چند سال پیش آخرین بار چک کردم) اگر بهش ارجاع و نوبت دهی و مشاوره تلفنی اضافه بشه میتونه نیاز های بیشتری رو و به صورت کاملتر پاسخ بده.



آقای حسین رضازاده

تیم: پزشکی شخصی

# مشارکت کنندگان



سلام

من از نرم افزار بشقاب استفاده می کردم ، برای شروع واسه کسانی که می خوان تناسب اندام داشته باشن شاید اولین قدم کنترل ورودی کالری مصرف شده شون باشه. تو این نرم افزار غذا های مختلف با میزان کالری شون هست. وارد نرم افزار می شید با توجه به جنس، وزن، سن و میزان فعالیتتون کالری مورد نیاز روزانه تون رو مشخص می کنه.

شما می تونید هر روز میزان کالری که میل کردید با میزان فعالیت تون و وارد کنید. اگر هدفتون کاهش وزن هست، قاعدتا کالری منفی باید بشید و بلعکس جهت چاق شدن کالری مثبت من بیشتر برای شروع، جهت نظم دادن به تغذیه روزانه من از این نرم افزار استفاده می کردم و به نظرم تا حدودی کمک کننده بود.

آقای میلاد کمیلی

تیم: چت بات ها