

Dr's Message

いきいき健康術 第146回

町立病院・診療所の医師や専門職員が
健康情報をお届けします。

『スマートフォンで健康に』

ほしの あつし
星野 温 医師 国保京丹波町病院

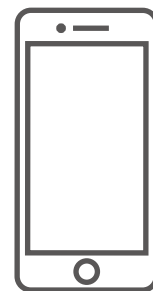
毎週火曜日の内科一般外来担当 専門：循環器内科



21世紀の3大イノベーションとして、ICT(情報通信技術)、AI(人工知能)とともに医療・ヘルスケアが挙げられます。確かに、いろいろな生物学的製剤に加え、遺伝子治療やがん免疫治療の登場で、今まで治らなかった病気が治る時代になりました。そんな中でICTとヘルスケアを融合したサービスがあるのをご存知ですか？健康アプリと検索すると、体重やカロリーを記録するアプリ、血圧管理アプリ、薬の飲み忘れの防止アプリなどのアプリが見つかります。私たちはつい怠けてしまう、忘れてしまう、ということがどうしてもありますが、アプリを利用して時にゲーム感覚を取り入れて習慣作りを助けてくれます。



また来年頃から保険診療として治療アプリというのが日本でも導入されます。現在、禁煙治療に対して申請が行われており、タバコを吸いたい気持ちの強さなどをアプリに入力すると、「ガムをかんでください」などのアドバイスを表示します。アメリカでは2010年に最初の治療アプリが糖尿病で認められてからいろいろなものが開発されており、日本でも禁煙治療以外にも今後広がっていくでしょう。



さらにスマートフォンで病気の診断をしようという取り組みもあります。認知症診断アプリなどは既にありますが、スピーカーから出した音波を鼓膜に当てて、反射波をマイクロフォンで記録することで中耳炎の診断を行ったり、写真機能で皮膚だけでなく眼底写真を撮って、AI(人工知能)と組み合わせることで病気の診断が可能になったりします。スマートフォンで日常生活だけでなく、ヘルスケアも大きく変わっていきますのでお楽しみを！