

# Hyvinvointitekniikan kehitysnäkymät

ECT Forum 4.9.2007

Kauko Pienimäki  
Suunto Oy

## Mitä on hyvinvointi(tekniikka)?

- › Tekniikkako saa ihmisen voimaan hyvin? Tuskin.
- › Hyvinvointi (wellness) = henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin tunne
- › Hyvinvointitekniikka auttaa ja ohjaa ihmistä hänen pyrkimyksissään parempaan hyvinvointiin
  - Esimerkkejä: henkilövaaka, pedometri



## Yhteiskunta muuttuu:

- › Elintaso kasvaa
- › Väestö ikääntyy
- › Hyvinvointisairaudet lisääntyvät
- › Valtio suosii hyvinvoinnin ylläpitoa / sairauksien torjuntaa
- › Yritykset kiinnittävät yhä enemmän huomiota henkilöstön hyvinvointiin

## Ihmiset muuttuvat

- › Nousevia arvoja:
  - Nuorekkuus
  - Fyysinen kunto ja hyvinvointi
  - Ulkonäkö
- › Individualismi, narsismi korostuu
- › Valmius käyttää aikaa ja rahaa hyvinvoinnin saavuttamiseen kasvaa
- › Valmius käyttää tekniikkaa kasvaa

## Tekniikka muuttuu

- › Koko, tehontarve pienenee
- › Laskentateho kasvaa
- › Hinta laskee
- › Mobiilisovellukset monipuolistuvat

## Lähitulevaisuus (1-5 vuotta)

- › Käänteentekeviä uusia anturitekniikoita ei ole näkyvissä
  - Mittaukset perustuvat pitkälti nykyisiin antureihin
  - Mukavuustekijät rajoittavat anturointia
- › Analyysit (algoritmit) kehittyvät voimakkaasti
  - Mallinnus
  - Erilaisten antureiden yhteiskäyttö, anturifuusio
- › Konnektiivisuus (langattomuus)
  - Sovellukset integroituvat PDA –laitteisiin (puhelimiin)

## Lähitulevaisuus (1-5 vuotta)

- › Palvelut lisääntyvät
  - Henkilökohtainen ”hyvinvointivalmennus” ja konsultointi
  - Henkilöstön kunnossapito yrityksille
  - Huomattava osa etäpalveluina
- › Tekniikka on välttämätön edellytys monille palveluille
- › Tekniset ratkaisut ”valuvat” hyvinvointisovelluksiin lääketieteellisistä ja urheilusovelluksista
- › Hyvinvointitekniikasta tulee muodikasta ”trenditekniikkaa”

## Mitattavia suureita

- › Kehon massa
- › Liike, kiihtyvyydet
- › Syke, EKG
- › Bioimpedanssi
- › EMG
- › Lämpötila
- › Verenpaine
- › Veren sokeri
- › .....

## Laskettavia suureita

- › Kehon rasva
- › Liikunnan määrä ja laatu
- › Matka ja etäisyys
- › Fyysisen harjoituksen vaikutus, hapenottokyky
- › Lihasten toiminta
- › Stressi <> rentoutuneisuus
- › Unen laatu
- › .....

## Kauempana tulevaisuudessa

- › Hyvinvointitekniikka säilyy monitoroivana
- › Implantit tulevat käyttöön
- › Jatkuva ihmisen kunnonvalvonta
- › Nanoanturit