



産後うつ予防へライフログを収集するIoTシステム

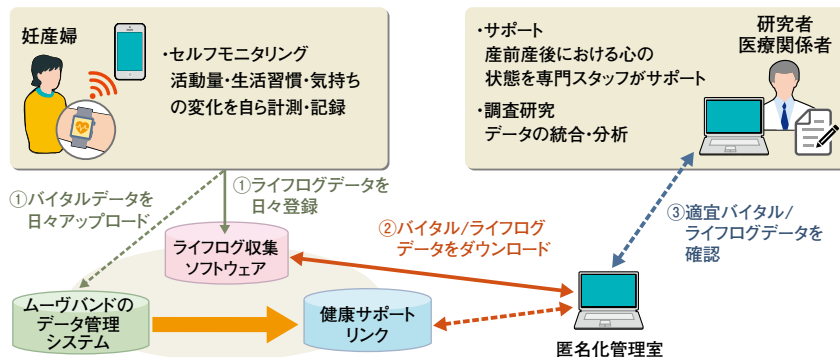
DATA

活用分野	妊娠・出産に伴う心の健康向上
テクノロジー	活動量計ムーヴバンド、スマホアプリ

女性の大きなライフイベントである出産。しかし生活習慣や気持ちの変化により、産後うつが引き起こされるケースがある。

東北大学では、産後うつ克服と妊娠・出産に伴う心の健康向上に向けた調査研究「スマイリー・マミー・プログラム」(SMP)の一環として、スマホのライフログアプリを活用したデータ収集・モニタリングを実施。産後うつを引き起こす要因の特定と産後うつの予防法・

図 スマイリー・マミー・プログラムによるライフログ収集の仕組み



治療法の開発を進めている。

妊娠中期から産後2か月の期間、妊産婦に活動量計ムーヴバンドとSMPライフログアプリを提供し、2つのデバイスをシステム連携。前者は、歩数、睡眠パターン、消費エネルギーを測定し、

データをスマホアプリで確認できるものだ。後者は自身の1日の行動や気持ちの変化、睡眠などを記録する。

アプリを使ってセルフモニタリングができることで、マタニティライフの質向上も期待される。