



健康存摺SDK－慢性病預防應用發展

My Health Bank SDK - Development of Application for Chronic Disease Prevention

實習單位：衛生福利部中央健康保險署 | 企劃組業務宣導科

實習學生：黃佑丞 | 單位指導：劉嘉欣專員 | 指導老師：翁書偉助理教授

實習單位與實習內容簡介

企劃組主要負責健保署之業務政策、施政方針、施政計劃、及目標之研訂。而在專案業務方面，業宣科主要負責協助健康存摺資料介接服務（SDK）之促進發展。本次實習內容主要著重在認識署內組織與業務，參與健保知能培訓課程與各項會議，並針對SDK資料介接服務之應用發展發想成果專案。

研究背景

1. 健康存摺與資料介接服務（SDK）

健康存摺為健保署設置之單一線上平台，結合行動裝置可存取民眾之各式健康資料。透過線上追蹤及整合資料，方便民眾查詢及進行自我健康管理。其中之SDK資料介接服務，在民眾透過SDK將個人的健康資料自主授權給信任的第三方程式後，第三方程式可透過串聯IoT設備或者AI模型分析等方式，將民眾健康資料轉化成各式多元化之健康服務來回饋民眾。



2. 慢性病防治之重要性

針對SDK資料介接，目前全台共開發12家不同應用程式，而其中有半數集中在提供慢性病管理的服務。顯示慢性病管理在台灣之需求及發展潛力。

除此之外，各類型慢性病已長期占據我國十大死因之排名，113年國人十大死因就有7項與慢性病相關，其中有5項為三高相關慢性病。越來越多的新藥新科技也對健保醫療支出造成龐大壓力，根據健康台灣推動委員會之數據，一年之三高慢性病支出高達1732億，因此委員會在114年2月之會議中也提及，盼可以透過公私協力來合作降低慢性病風險。

政策評估面向

此次實習成果專案主要透過評估國外在數位醫療及公私協力方面之經驗及未來展望，來對我國現有之SDK資料介接服務提供相關的改進建議。其中英國為此次專案的主要參考國家，除了在近期與我國在數位醫療方面有相關合作交流外，恰逢實習期間，英國NHS發布了他們的未來十年健康計畫，裡面便包含許多利用數位科技來預防疾病之參考案例。

針對慢性病預防部分，英國在計畫中揭示需善用數位科技來擴大服務之可近性，進而減少各地區之健康不平等。首先對於配合數位化之民眾，英國計畫試行獎勵機制，透過達成健康目標來累積點數的方式，提供民眾使用數位工具進行自主健康管理之誘因。另外針對產業端，英國政府也鼓勵創新發展，建立以價值給付為基礎的獎勵方式，促進新療法和監測方式的生產。

英國也針對肥胖進行線上體重管理計畫，民眾可以透過線上參與的模式加入計畫，實際成效經研究後發現有16-31%的參與者成功減重 $\geq 5\%$ ，並且與實體減重計畫的效果相當。

結論與建議

針對未來慢性病的預防，我們可以更積極推動SDK服務的使用，讓民眾可以在沒辦法獲得即時的醫療協助時，透過數位工具來管理自己的健康。在實際操作使用健康存摺並參考國外相關案例後，針對健康存摺SDK，以下有四點改善策略建議：

1. 將SDK名單加入健康存摺

舉健康存摺內之代謝症候群專區為例，現輸入相關指標後僅會提供民眾所在位置附近有提供服務的醫療院所。我們可以在下方加入提供相關監測管理服務的SDK程式名單，提供民眾不同的選擇。



2. 開發獎勵機制提供使用誘因

由健保署統一設立健康目標及對應之獎勵機制，提升民眾使用意願。比如：每日行走達5000步即可獲得10點，累積150點可以換取1新台幣。根據新加坡政府實際推行政策後的研究指出，有施行獎勵的階段比起沒有獎勵的階段，平均步數會有顯著增加。

NHI Points

睡眠時長

行走步數

兌換或捐贈

5000步 / 10點

150點 = 1 SGD / 23 TWD
平均每日步數增加1579步

3. 價值給付鼓勵投入介接

針對第三方程式開發廠商提供獎勵費用誘因，促使更多廠商參與並提供服務。只要開發的應用經證實能有效改善民眾健康，並符合資安檢測等相關使用規範，開發商就能獲得相應的獎勵費用。

4. 推動職場健康促進管理

結合ESG永續發展評鑑，推動企業鼓勵員工使用健康管理程式。由企業內部的健康管理單位透過教育訓練等措施，讓員工透過SDK服務進行自我健康管理，在提升健康的同時也扣回員工健康作為企業社會責任的一部份，創造雙贏局面。此外也希望藉由企業的推動，能對社會起到示範的作用。

參考文獻

10 Year Health Plan for England: fit for the future. 2025.

<https://www.gov.uk/government/publications/10-year-health-plan-for-england-fit-for-the-future>

Taylor, K., Indulkar, T., Thompson, B., Pinkard, C. (2024). Early outcomes of referrals to the English National Health Service Digital Weight Management Programme. Obesity (Silver Spring, Md.), 32(6), 1083–1092. <https://doi.org/10.1002/oby.24024>

Yao, J., Lim, N. (2022). Evaluation of a Population-Wide Mobile Health Physical Activity Program in 696 907 Adults in Singapore. Journal of the American Heart Association, 11(12), e022508. <https://doi.org/10.1161/JAHA.121.022508>