

国大携手芬兰科技公司 设实验室研究睡眠健康

安诗一 报道
anshiyi@sph.com.sg

新加坡国立大学与芬兰保健科技公司深化合作，在校园里设立联合实验室，聚焦睡眠和体力活动等健康行为的研究。

国大杨潞龄医学院睡眠认知中心（Centre for Sleep and Cognition）星期四（1月22日）发文日宣布，与智能戒指Oura Ring的制造商ŌURA深化合作，成立Oura—国大联合实验室。Oura戒指是一种可穿戴的健康和活动追踪装置。这是ŌURA在亚太地区设立的首个实体科研场所。

联合实验室设于国大，将把ŌURA在获批研究中采集的连续、真实世界生物特征数据，与国大在睡眠科学、生理数据分析及认知神经科学领域的专业积累相结合，研究睡眠与体力活动如何影响其他健康层面，并推动更佳的健康结果。

实验室目标是产出相关洞见，协助个人、临床医生及医疗体系从被动治疗转向主动、预防性的健康管理。

国大此前与ŌURA已合作超过六年，涵盖多项研究项目，包括评估智能戒指睡眠追踪的准确性、分析多国夜间睡眠变



通过结合Ōura的连续生物特征数据，以及团队在睡眠科学及行为改变方面的专长，可测试新的方法，向公众提供及时且相关的反馈，帮助人们选择更好的生活方式。

——国大杨潞龄医学院
睡眠认知中心主任
徐律良教授

异差异、探讨旅行相关的睡眠紊乱影响，以及研究可穿戴设备生物特征数据的日常变化如何为心血管健康与疾病风险提供信息。

新成立的联合实验室将在此基础上，设计并开展研究，利用智能戒指的数据，了解现实世界中睡眠与日常行为，如何在个人与人群层面影响长期的健康。

国大杨潞龄医学院睡眠认知中心主任徐律良教授说，联合实验室将加速实现减少慢性疾病负担的共同目标。通过结合Ōura的连续生物特征数据，以及团队在睡眠科学及行为改变方面的专长，可测试新的方法，向公众提供及时且相关的反馈，帮助人们选择更好的生活方式。