

基於心電圖的壓力評估

bionet

HRV 檢測報告



BIONET

2026-08-07

日期

患者

bionet 關於 Bionet HRV 檢測

Bionet HRV 檢測會在靜止狀態下進行 3 至 5 分鐘的心率變異性 (HRV) 測量，用以評估自主神經系統 (ANS) 的調節功能、交感與副交感神經系統之間的平衡，以及各自的活性水平。此檢測可作為憂鬱症與身體化障礙等疾病的輔助診斷工具。此外，系統亦會同步進行 ECG，並透過 Bionet 分析演算法，讓使用者可立即查看心律不整分析結果。



疲勞恢復



ANS 平衡



心律不整分析



活力



心臟活動



抗壓能力

HRV 分析摘要

心電圖為基礎的壓力與自律神經系統報告

bionet

Bionet 公司
www.ebionet.com

■ 姓名 _____ ■ 性別/年齡 男 / 0歲 ■ 檢測日期與時間 2026-08-07 19:32:28 ■ 測量時間 3 分鐘



整體壓力分數



此分數代表身體對當前壓力的即時反應程度。

分數越高，表示您越需要透過
深呼吸與伸展等方式來舒緩緊張。

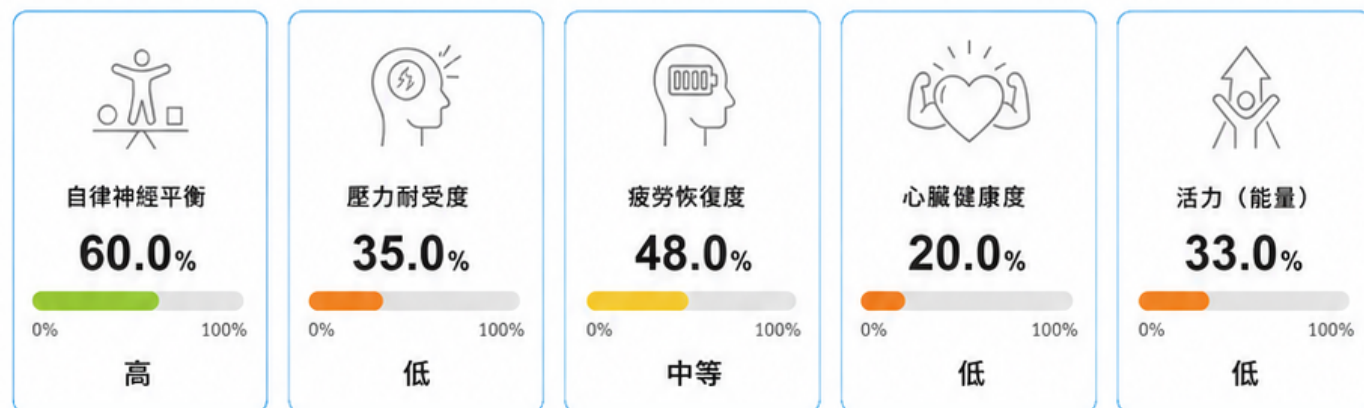


壓力等級解讀

分數	等級	解讀
80 ~ 100	非常高	HRV 嚴重降低，可能存在健康問題。
60 ~ 79	高	HRV 降低，自律神經功能減弱
40 ~ 59	中等	可能存在自律神經失衡
20 ~ 39	低	在正常範圍內； 然而，可能存在壓力與疲勞累積的潛在風險。
0 ~ 19	非常低	自律神經平衡良好，心臟功能健康。



5 大健康指標



關於 Bionet HRV 分析

Bionet HRV 檢測是在靜止狀態下進行 3 至 5 分鐘，以評估自律神經系統（ANS）的調節功能、交感神經與副交感神經的平衡，以及它們各自的活動水準。此檢測可作為憂鬱症與身心相關疾病等狀況的輔助診斷工具。
同時，透過 Bionet 分析演算法進行心電圖（ECG）檢測，可即時審查心律不整分析結果。



整體評估

本分析結果係根據心電圖數據進行評估。

平均心率在正常範圍內；規律運動與充足睡眠對維持當前狀態非常重要。
壓力負荷偏高；疲勞可能累積，並對自律神經功能造成更大負擔，因此需要充足休息與管理。
心臟健康度偏低，可能出現需要疲勞與壓力管理的模式。壓力耐受度偏低，對壓力的恢復儲備可能不足。
活力偏低，容易感到疲勞的傾向可能出現。疲勞恢復度處於適當水準，但壓力負荷偏高，可能出現容易累積疲勞的模式。

透過減少刺激性食物與不規律餐食，並定期維持以蔬菜、水果、堅果、豆類與魚類為中心的均衡飲食，有助於維持更好的平衡。隨著壓力負荷，可能出現與心臟健康相關的負荷，因此需要生活方式管理。

ECG 分析與心率評估

根據量測到的 ECG 數據，確保分析的可靠性。

bionet Bionet Co., Ltd.
www.ebionet.com

心律不整診斷結果

未發生心律不整。正常。

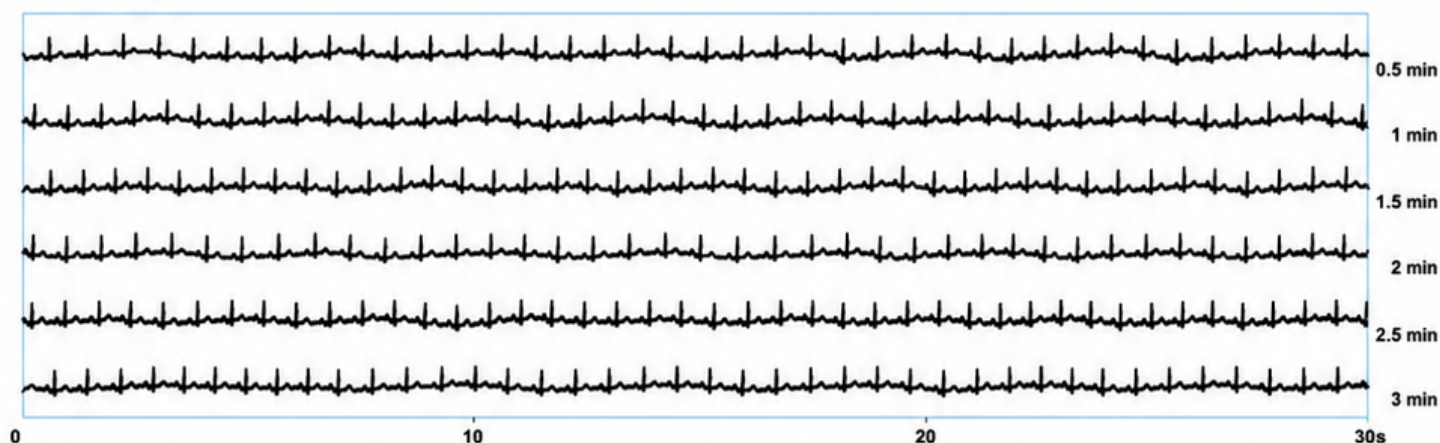
什麼是心律不整？

心律不整是指心臟因電訊號異常而出現跳動過快、過慢或不規則的情況。通常屬暫時性，但若持續存在，可能導致中風或心衰竭等嚴重併發症。

心律不整分類

分類	心率（靜息時，每分鐘）	主要症狀與風險
正常竇性心律	60 ~ 100 bpm	維持規律且穩定的狀態
心搏過緩（脈搏偏慢）	低於 60 bpm	頭暈、疲勞，因腦部血流減少而有昏厥風險
心搏過速（脈搏偏快）	高於 100 bpm	明顯心悸、胸悶、呼吸急促、胸痛
心律不整	不論心率	心跳間隔不一致
心室早期收縮（PVC）	不論心率	心室搏動比正常時間更早出現

ECG 波形



心率資訊

Mean HR 平均心率	Mean RR 平均 RR 間期	Min HR 最低心率	Max HR 最高心率
82 bpm	731 ms	72 bpm	88 bpm

自律神經系統與壓力分析

根據 ECG 數據分析自律神經系統平衡與壓力狀態。

bionet Bionet Co., Ltd.
www.ebionet.com

自律神經系統概覽

副交感神經系統

(休息與恢復)

- 瞳孔收縮
- 唾液分泌增加
- 心率下降
- 消化作用增強
- 膀胱收縮

交感神經系統

(緊急與危機反應)

- 瞳孔放大
- 唾液分泌減少
- 心率上升
- 消化作用減弱
- 膀胱放鬆 (擴張)

主要 HRV 參數

TP

總功率

555.3

ms²

VLF

基本調節

61.8

ms²

LF

自律神經系統

222.0

ms²

HF

副交感神經系統

271.5

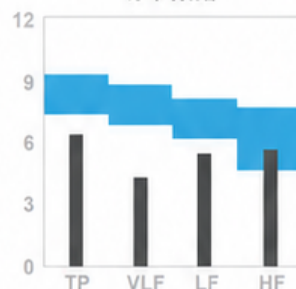
ms²

LF/HF

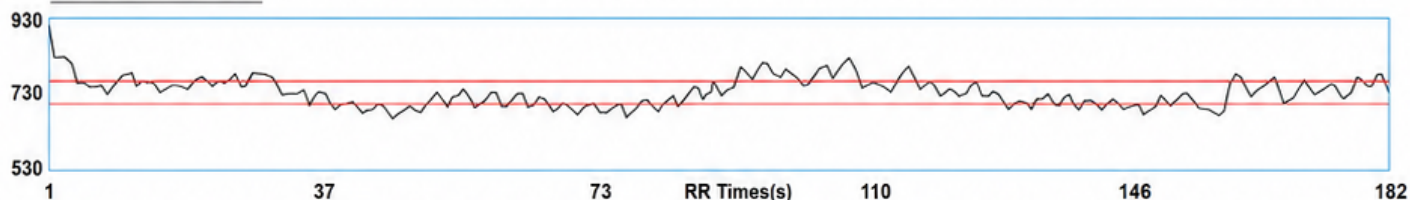
自律平衡

0.82

功率頻譜



HRV Tachogram

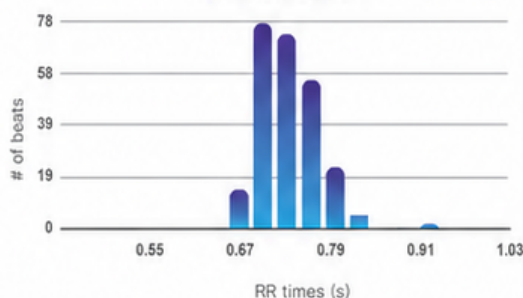


在健康狀態下，圖形呈現不規則且複雜；在疾病狀態下，心跳的細微變化會顯得非常單調。

時域分析

指標	數值
Mean RR	730.9 ms
SDNN	19.4 ms
RMSSD	18.5 ms
pNN50	0.81 %

RR Distribution



Poincare Plot



醫師評語

日期:

醫師:

(簽名)