Биологические часы, или циркадные ритмы, отражают суточные колебания различных биологических процессов. Их нарушение может привести к развитию диабета, ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний и даже онкологии.

Для мониторинга циркадных ритмов учёные предлагают использовать смарт-часы, данные с которых будут автоматически отправляться в электронную медицинскую карту пациента через госуслуги. Это позволит врачам осуществлять более точный и полный медицинский контроль.

Руководитель проекта Александр Алфимов сообщил, что команда уже работает над стандартами данных для смарт-часов и ведет переговоры с производителями этих устройств. Новый подход к мониторингу здоровья может значительно повысить эффективность профилактики хронических заболеваний.

Все права защищены