心行健康

身体有记录，
调养有回应。



为路线 B 中高端 ODM 戒指设计的独立品牌 App。
将戒指记录、AI 养生咨询与日常生活连接起来。
以可解释的数据为起点，用可坚持的小习惯承接建议。
扁雁，是心行健康内的 AI 养生伙伴。

记录身体 → 扁雁解读 → 日常调养

14 张主要页面

五个核心导航

可点击 HTML 原型

1170 × 2532 高清导出

AI、商品、金额、人物均为设计演示；硬件功能按最终型号与 SDK 启用。尚未连接蓝牙、AI 或支付服务。

先看见身体的变化

直接采集与估算分开标记；关注自己的变化，显示有效采样与来源。



01 / 健康首页



02 / 心率与指标趋势

PAGE 01

把数据变成可以理解的日常状态

先看昨夜休息与今天的活动，再查看心率、血氧和睡眠。每日状态为可解释的趋势摘要；综合分与算法需另行验证。首页不以单次波动给出疾病结论。

PAGE 02

数值、趋势与采样质量同时呈现

按日、周、月查看心率、血氧、HRV 与皮肤温度趋势。清楚呈现记录时间、数据来源与有效采样，方便回顾自己的身体变化。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

从休息，聊到近况

扁雁经授权读取数据，先问近况，再解释趋势。记录与感受一起参考。



03 / 睡眠分析



04 / 扁雁 AI 对话

PAGE 03

把“睡了多久”延伸到“怎样改善”

展示时长、睡眠时段与估算分期，并和个人历史比较。睡眠分期为算法估算；不将血氧曲线直接等同于睡眠呼吸疾病诊断。

PAGE 04

从身体数据出发，聊日常养生

用户先授权，再让扁雁读取选定时间段的数据。回答引用数据卡片，并主动询问感受。舌 / 面照片作为补充线索，建议以作息、饮食和活动为主。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

多一条线索，多一分理解

采集前单独授权，影像不充分就明确提示；不把照片解读当作确诊。



05 / 舌象 / 面部采集



06 / 扁雁养生建议

PAGE 05

先获得一张可用的照片

自然光、无滤镜、拍摄姿势引导；低清晰度时提示重拍。舌象与面部独立选择。拍摄、上传与用于分析分别授权；相册演示仅本地预览。

PAGE 06

建议有依据，也给不确定性留位置

分开展示戒指数据、主观描述、影像状态。借用中医养生视角组织生活建议，避免以照片或心率推断确诊体质。免费生活建议先于任何商品推荐。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

调养先行，好物随需

建议增加打卡与提醒，让用户先完成不依赖商品的日常生活调整。



07 / 每日调养计划



08 / 大健康商城

PAGE 07

让一次咨询变成持续的小习惯

把建议加入可编辑的七日计划。支持提醒、完成打卡、主观感受记录和每周回顾。这是建议增加的核心留存功能，不要求购买产品。

PAGE 08

按品类选购，商品信息清楚可查

本草滋养、舒缓器具和生活用品分类。铁皮石斛、冬虫夏草等需逐 SKU 核验实际品类和销售资质；“理疗仪”优先展示有依据的非医疗放松产品。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

看清楚，再做购买决定

滋补品与器具分类核验，先呈现规格、资料、适用提醒，再确认订单。



09 / 商品详情



10 / 购物车 / 确认订单

PAGE 09

把成分、资质和适用提醒放到前面

产品图、规格、示例售价、商家与检测入口。没有虚构销量、治疗功效或认证。滋补类商品不与 AI 健康评估形成强制购买关系。

PAGE 10

价格和订单信息在购买前看清楚

数量与合计联动，支持订单确认演示。收货信息和付款在正式 App 接入；当前原型不收集地址，不创建真实订单，也不发起支付。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

把时间变成有用的反馈

周报串联数据与主观感受；档案汇总设备、计划、报告和订单。



11 / 健康周报



12 / 我的健康档案

PAGE 11

用趋势衡量习惯是否值得坚持

观察个人七天的睡眠和活动，关联调养打卡及主观感受。允许用户决定是否导出；对数据不足不生成伪精确结论。

PAGE 12

设备、历史、订单和数据权利统一入口

档案只保留用户选择提供的信息。汇总设备状态、调养记录、报告与商城订单。家人关怀可在后续版本单独授权后增加。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例

设备可靠，数据由我决定

连接、同步和缺测可见；敏感数据分项授权，支持导出与删除入口。



13 / 戒指与设备管理



14 / 隐私与 AI 授权

PAGE 13

让连接和数据完整性可见

管理戒指连接、电量、数据同步和固件更新。提供 ECG 心电采集入口与佩戴指引，让设备状态和操作步骤清楚可见。

PAGE 14

每一种敏感数据，都由用户选择

戒指数据、照片、分析存储和家人共享分别控制。原型的开关可交互；真实服务还需后端落实授权撤回、删除、保留期限和跨端同步。

内容可编辑　交互可演示　数据为示例