



「平權之路：數位時代的社會風險與治理」課群

# 智慧經期健康伴侶 FEMCare+

國立中央大學 生醫二 何雯茜 / 土木二 李光軒 / 土木二 賴宥辰 / 光電四 胡喻斐 / 光電四 林芷瑩

## 專案簡介

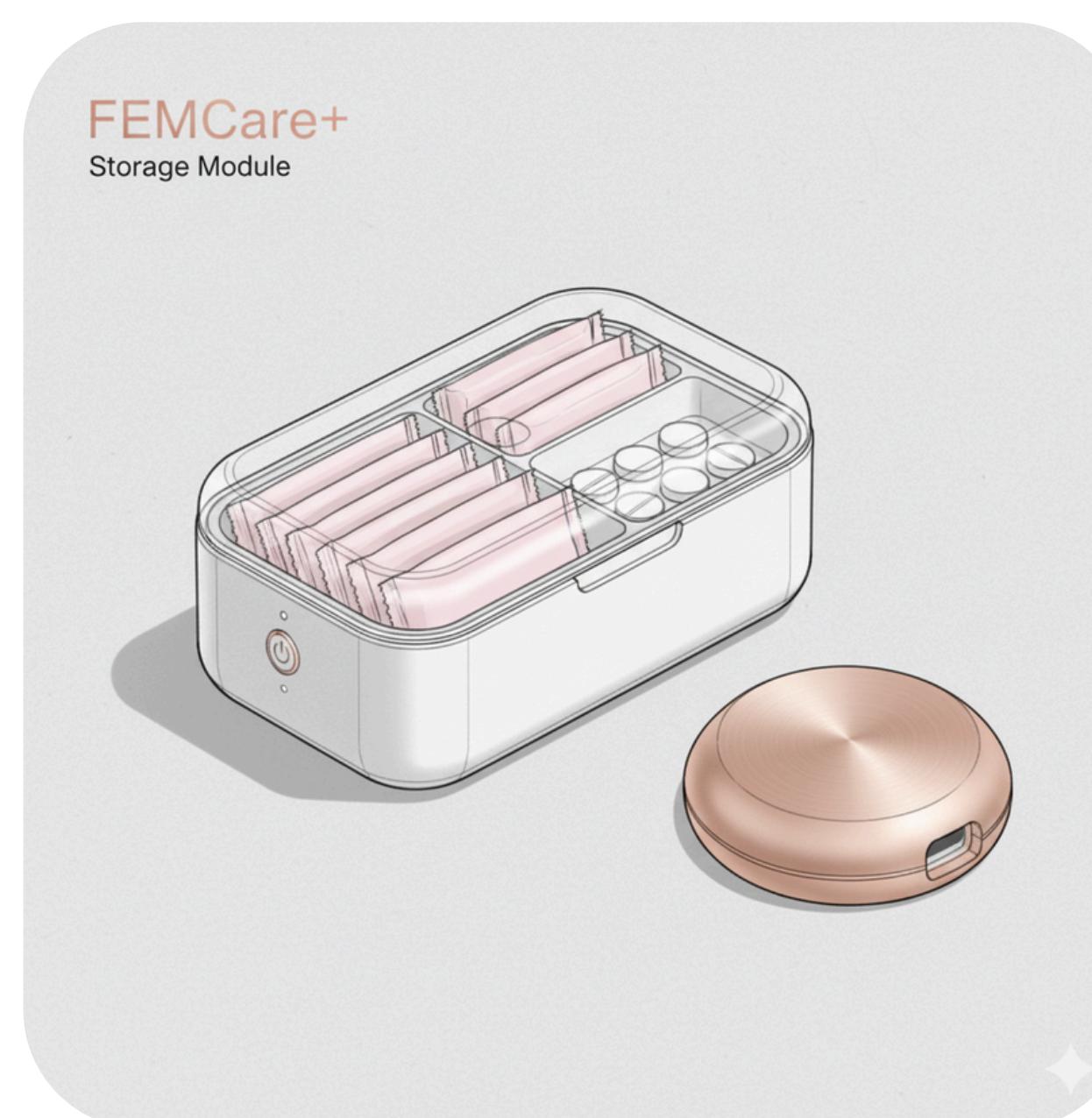
FEMCare+ 是一款專為經期設計的貼心智慧小物，可以自動記錄月經週期、提醒更換衛生棉、補充藥品，甚至出門時也會提示帶需要的用品。它內建小型收納盒、熱敷與按摩功能，能幫忙舒緩經痛；搭配 App 也能看到身體變化與個人化提醒。結合身體照護與心理關懷，打造全方位健康管理新模式。

## 背景動機

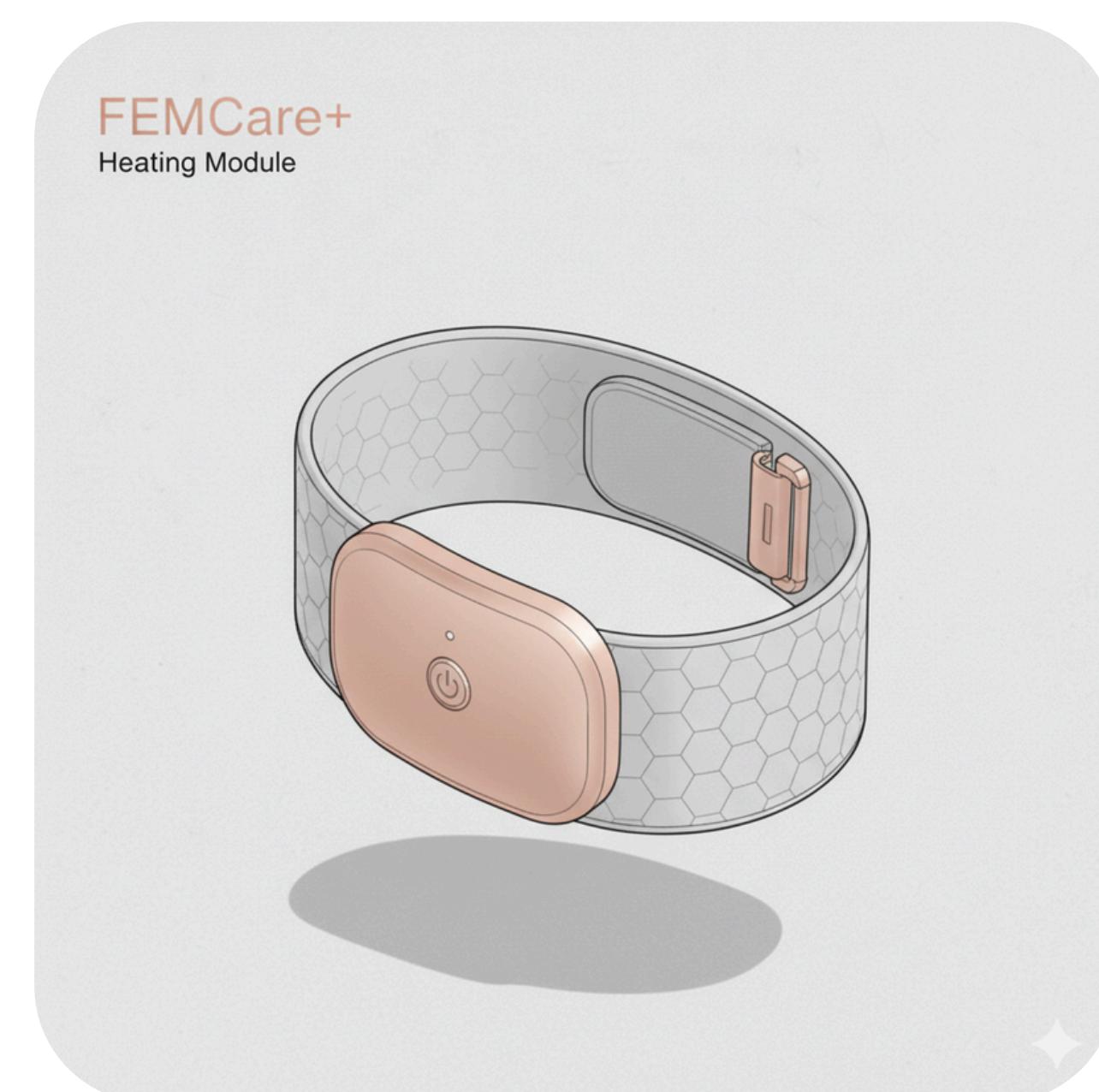
現代女性在生理期中經常面臨各種不便，卻缺乏足夠的支持系統。市面上的相關產品多半只著重在功能性的補充，然而情緒、心理壓力與被理解的需求卻常被忽略。因此，我們希望藉由智慧科技提供更貼心的協助，讓經期管理不只是紀錄和提醒，而是一種被尊重、被理解的完整照護。透過這項設計，我們期望讓生理期不再被視為束縛，而能成為日常生活一部分。

## 研究目標

本研究旨在開發一款智慧經期健康伴侶，以提升女性在經期期間的身心照護品質。透過感測體溫等生理數據預測經期與排卵期且整合用品管理、智慧提醒與紫外線殺菌等功能並加入 AI 心情辨識與匿名社群。本研究期望打造一套兼具身體照護與情緒支持的全方位健康管理方案，並推動更具包容性與人性化的科技設計。



FEMCare+ 收納盒



熱敷腰帶

## 數位人文內涵

讓科技與日常生活結合，除了解決生理上的麻煩之外，也顧及時常被忽略的心理狀況，讓女性能夠減輕負擔。此外，本產品也能夠促進大眾對於生理期的重視，並且改善社會大眾對於經期的觀感，也能夠幫助女性更自信的面對自己的身心狀況。

## 貢獻/心得

本次的設計是從對於女性經期時的不方便以及和科技的結合，嘗試透過科技來解決經期的不適以及給予關心。

組別中也有多位女性，在過程中我們探討了如何才能更好的給予女性們在經期中有更好的協助效果，不論是舒緩不適、給予關懷又或者是幫助用戶們有健康管理以及提示服藥系統，充分地體會到性別和科技的結合。



體溫量測計



血壓量測計



作品簡報



作品連結