欧盟出台 FrailSafe 和 My-AHA 计划应对老龄化

5 月 12 日，欧盟先后介绍了“欧盟地平线 2020” （Horizon 2020）资助的两个有关健康老龄化的项目：FrailSafe 和 My-AHA，详情如下：

1、FrailSafe：搭建健康数据与创新技术间的桥梁，帮助老年人延缓衰弱

Frailty 直译为衰弱，作为一种症状，其特征为力量和耐力的衰退，生理机能的下降，个体依赖性和（或）死亡易感性的增加。衰弱与多种病理状况相关：体重降低、疲劳、虚弱、低水平活动性、运动缓慢，以及平衡与步态异常（gait abnormalities）。衰弱使老年个体对应激源更为易感，同时产生巨大的健康护理需求，后者反过来又会影响健康和社会服务的规划与供给。

衰弱、功能退化和残障在老年群体中极其常见，且随着年龄增长愈加恶化。然而，衰弱是动态的，并非不可逆，可以预防、延缓或者逆转。

FrailSafe 计划将最新的信息技术和数据挖掘工具与健康和老龄化领域资深专家结合，通过研发一系列措施和工具，结合循证建议，延缓衰弱进程。

FrailSafe 于 2016 年 1 月 1 日启动，由来自欧盟 6 国（希腊、西班牙、意大利、法国、塞浦路斯和比利时）的 9 家单位展开合作，计划持续 3 年。“欧洲研究计划地平线 2020”（European Research programme Horizon 2020）为该计划提供资金。

FrailSafe 的 7 个目标如下：

- 更好地理解衰弱，及其与其他健康状况的关系；
- 利用先进的数据挖掘方法确定衡量衰弱的定性和定量方法，基于这些方法预测短期和长期预后以及衰弱的风险；
- 研发现实生活感知（real life sensing）和干预平台；
- 研发对多维度动态参数（如生理、行为和情景等）敏感的、有关衰弱的数字化患者模型；
- 针对老年群体，提供“衰弱预防”（prevent-frailty）循证建议；
- 提供个性化治疗方案，监测和预警，指导和教育，重视运动、认知及其他“反衰弱”（anti-frailty）活动；
- 向老年群体提供一个安全低调、易于接受的方案以达到上述目的，降低健康护理体系的成本。

FrailSafe 计划链接：http://frailsafe-project.eu/

原文标题：EU project to delay frailty among older persons by bridging health data and new

中科院心理所信息中心

technologies

原文链接：http://ec.europa.eu/programmes/horizon2020/en/news/eu-project-delay-frailty-among-older-persons-bridging-health-data-and-new-technologies

2、My-AHA:一个应对健康老龄化的通信技术平台

My-AHA 计划，是“My Active and Healthy Ageing”的缩写，目的是通过加强躯体活动，认知功能、心理状态、社会资源、营养、睡眠和整体幸福感来降低衰弱（frailty）风险。

My-AHA，作为“欧盟地平线 2020”（Horizon 2020）资助的一项为期 4 年的计划，旨在帮助老年人更好地管理自己的健康，最终节约健康护理成本。项目将利用最先进的分析概念，通过个体化的分析和建议，反馈与支持，提供有关健康监测和疾病预防的新方法。

My-AHA 平台基于信息通信技术（Information and Communication Technology，ICT），通过植入传感器和每日从老年个体生活环境中采集数据，又快又准地监测“衰弱”维度内的各项风险因素。风险因素一旦被捕捉到，My-AHA 将会提供相应的循证干预。干预举措会以一种整合的方式激励使用人员参与运动、认知激发游戏以及社交网络从而达到长久的行为改变，使用者可通过持续使用 My-AHA 来维持相应改变。

My-AHA 网站：http://www.activeageing.unito.it/about-us

原文标题：My-AHA | An ICT platform for healthy ageing

原文链接：http://ec.europa.eu/programmes/horizon2020/en/news/my-aha-ict-platform-healthy-ageing

检索日期：2016-5-23

中科院心理所信息中心