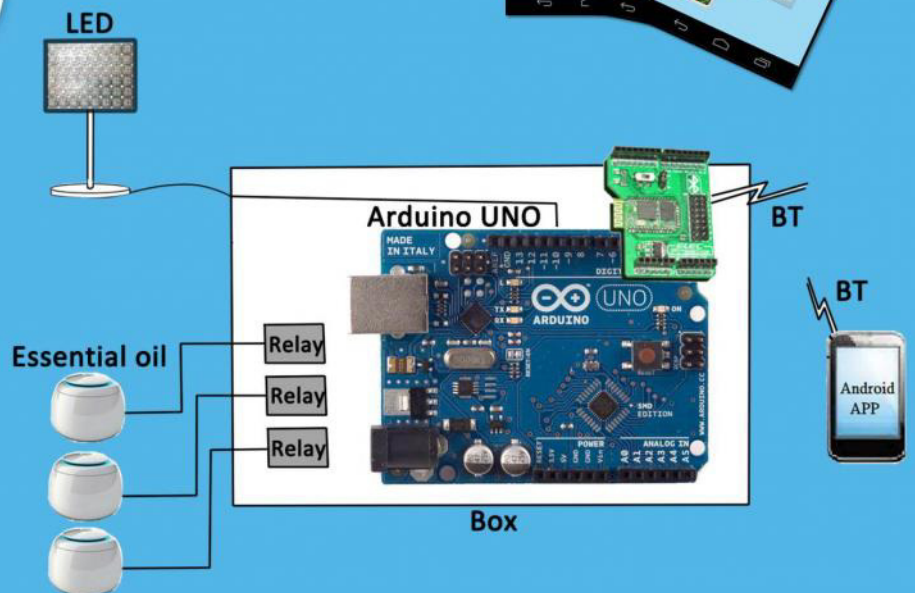


The Sleep WELL Box

智慧型手機結合情境模擬的助眠與鬧鈴系統

簡介

本研究計畫的目的為透過 Arduino 和 Android App 控制 LED燈、精油和音樂，達到情境營造的效果，使人的睡前情緒獲得舒緩，進而使得睡眠品質獲得改善與提升。



結果

本研究能夠提升並改善人的睡眠品質，降低失眠等症狀的發生。相較於市面上的起床燈和情境燈，成本低廉許多，且在使用操作上容易、便於攜帶。