



机构报告显示：

# 90后支撑起了宠物经济的半边天

信息时报讯（记者 梁海祥）为帮助人们更好地了解国民消费特征及消费趋势，近日国内财务管理App 随手记联合新华网、搜狐网、柔宇科技、Boss 直聘等媒体和企业推出了《2019 年国民花钱数据报告》。该报告基于随手记 2.2 亿用户记账大数据，从国民收支情况、花钱对象、消费场所、支付方式等维度，对国民的消费特征进行了全方位的解读。

## 赚得多 ≠ 存得多

报告显示，60 后到 00 后之间各年龄段居民年人均收入与支出成正比，赚得多的人，花得也多。70 后为所有年龄层中收入最高的一代人，年人均收入达 30.92 万元，其次为 60 后及 80 后，分别为 28.80 万元和 25.58 万元，90 后的年人均收入为 10.05 万元，00 后年人均收入为 1.28 万元。

而 70 后年人均支出为 18.42 万元，是所有年龄层中支出最高的一

代，为高收入高支出的“双高”人群；跟着的是 60 后 15.57 万元，80 后 13.69 万元，90 后 6.20 万元，00 后 1.63 万元。

## 90 后成“宠物奴”

在对每个月花钱类目最高的统计中，每个年龄层表现也很不一样。报告显示，60 后及 00 后每个月花在自己身上的钱最多，人均分别为 1981 元、433 元，60 后也被称为最“放纵不羁爱自己”的一代；70 后每个月的大头支出都在子女身上，人均消费为 2633 元；而“上有老，下有小”的 80 后，每个月在子女身上的开销高达 3763 元，是所有年龄层中“养娃”压力最大的一代人，每个月固定支出的奶粉、纸尿裤、早教、早托费等费用，让娃成为掏空 80 后钱包的“吞金兽”；90 后则支撑起了宠物经济的半边天，每个月花在宠物身上的钱高达 1352 元，“吸猫撸狗”正成为 90 后的“生活支柱”。

在各年龄层最常光顾的消费场

所统计上，44.5% 的 90 后最爱网购，61.5% 的 80 后爱逛商场，60 后消费场所较为单一，70.6% 的人最常去餐厅消费，而 70 后则可能是“最潮”的一届中年人，43.9% 的人喜欢在网上买买买。

随着居民收入水平的提高，人们越来越舍得在医疗保健上下血本。报告指出，各年龄层中，80 后在医疗保健方面的年人均支出中遥遥领先，高达 7796 元，而 90 后年人均支出为 5008 元，70 后为 2811 元。相比于 80 后的“惜命”，90 后更爱“面子”。数据显示，90 后是所有年龄层中最爱买化妆品的一代人，年人均支出高达 9927 元。

报告还显示，2019 年国民人均人情消费为 11216 元，人情往来的支出金额占人们日常开支总额的 12%，比重首次超过了“衣食住行”中行车交通的比重。“中国是个讲究人情来往的国家，近年来在互联网及商家的助推下，人情往来的支出已成为人们一笔不小的开销。”随手记相关负责人表示。

## 华夏 5GETF 和 AI 智能 ETF 携手入围两融标的

自去年 12 月开始，大盘持续放量震荡上行，两融余额持续攀升。1 月 10 日，上交所公布了最新融资融券标的的名单。与去年 10 月 18 日公布的名单相比，新名单中包括了 59 只 ETF，较上一版的 50 只 ETF 数量明显增加。在新标的的名单中，华夏基金旗下两只科技类 ETF 华夏 5GETF 和 AI 智能 ETF 同时被纳入其中。当科技已成为推动经济发展的逻辑主线之时，两融标的的科技类 ETF 的增加，显然是这一大趋势的体现。

要成为两融标的，对 ETF 的规模和流动性均有着较高要求。公开资料显示，华夏 5GETF 是境内首只 5G 主题 ETF，一直备受资金追捧，自去年 10 月 16 日上市以来，场内成交额和基金规模持续攀升，目前规模已超 72 亿元，是市场上规模最大的科技类 ETF，日均成交额近 5 亿元。AI 智能 ETF 虽于去年 12 月才成立，但上市后也迅速获得投资者青睐，规模和日均成交额持续攀升。

# 你的骨骼亮红灯了吗？领钙入骨成预防关键

“年纪大了，爬两步楼梯就喘得不行，提个什么东西都费劲……”“我原来是广场舞的领舞，上周一个转身的动作就把腰给扭伤了，现在还躺在家里躺着……”随着年龄的增长，人体骨质开始流失，骨头也变“脆”了，腰酸背痛、骨折等现象发生在身上的频率也越来越高。

## 骨质疏松症居中老年五大疾病患病率之首

骨质疏松症是由于多种原因导致的骨密度和骨质量下降，骨微结构破

坏，造成脆性增加，从而容易发生骨折的全身性骨病。

国际骨质疏松基金会调查显示，全世界 50 岁以上人群中，女性骨质疏松症患病率约为 1/3，男性约为 1/5，且趋势开始年轻化。

2018 年首次中国居民骨质疏松症流行病学调查显示：骨质疏松症已成我国中老年人人群的重要健康问题，50 岁以上人群骨质疏松症患病率为 19.2%。中老年女性骨质疏松问题尤为严重，50 岁以上男性骨质疏松症患病率为 6.0%，女性患病率则达到 32.1%，65 岁以上女性

的骨质疏松症患病率更是达到 51.6%。调查还发现，我国低骨量人群庞大，40~49 岁人群低骨量率为 32.9%，50 岁以上人群低骨量率达到 46.4%，是骨质疏松症的高危人群。

国家卫健委表示，我国居民对骨质疏松症认知普遍不足，骨质疏松症的发生与基础骨量积累和年龄增大后骨量流失密切相关。

## 预防骨质疏松就是“补钙”吗？领钙入骨成关键

专家指出，骨质疏松需要补钙，但补钙不是无限制地补得越多越好。研究证明，钙进入人体后，在维生素 D<sub>3</sub> 的帮助下，从小肠吸收进入血液，血液中的钙容易“迷路”，有两种不同的沉积途径：一是沉积到骨骼和牙齿这些正确的部位，二是错误地沉积到心脑血管、肾脏、关节软骨等其他器官组织，造成这些部位的钙化和功能衰退。例如钙沉积在血管，不但骨质疏松没有得到缓解，还容易造成血管钙化，进而引发动脉硬化、冠心病等心血管问题。

要让血液中的钙不“迷路”，精准进入骨骼、牙齿等人体所需要的部位，需要维生素 K<sub>2</sub> 的引领。现代医学证实，维生素 K<sub>2</sub> 具有调节钙离子沉积、并将错误部位所沉积的钙离子移除的双重功能。维生素 K<sub>2</sub> 可有效激活基质谷氨酰胺和骨钙素两个蛋白，既减少血液中的钙向血管等软组织沉积，又能抓住这些钙向骨骼“精准迁移”，促进骨形成。

维生素 K<sub>2</sub> 对于骨骼和心血管健康的意义已得到了许多研究与临床的验证。发表在中国骨质疏松杂志的一项研究显示，184 名绝经后骨质疏松妇女经

过一年的双盲随机对照试验后发现，适量维生素 K<sub>2</sub> 可通过促进成骨活性、降低破骨活性等。2004 年公布的鹿特丹研究也显示，通过长达十年的观察，有 4473 名没有心肌梗塞历史的参与者，那些每天摄入高水平的维生素 K<sub>2</sub> (MK-7) 的参与者，在冠心病、动脉钙化及死亡率方面都显著减少 50%。

## 荣获诺贝尔奖的维生素 K<sub>2</sub>，要注重额外补充

很多人都不知道维生素 K<sub>2</sub>，它是维生素 K 家族中的一员，是体内多种蛋白质活化必需的维生素，具有促进骨形成、抑制骨吸收双重功能，对人体具有极其重要的作用。1928 年，丹麦生物化学家亨利克·达姆在“小鸡胆固醇代谢”研究中意外发现并命名一种可以防止出血的物质“维生素 K”，1939 年美国化学家多伊西分离出维生素 K<sub>1</sub> 和维生素 K<sub>2</sub>，并发现了两者的不同。1943 年，为表彰他们的发现研究贡献，授予了诺贝尔生理学及医学奖。

维生素 K<sub>2</sub> 最先是在日本被批准作为骨质疏松症治疗药物，而后在美国、欧盟等国都逐步被批准可作为食品强化剂。2016 年，我国也正式把维生素 K<sub>2</sub> (发酵法) 列入到了保健食品原料目录中，成为营养强化剂新品种。

传统的补钙方式主要解决了钙摄入和吸收的问题，但无法保证血液中的钙元素去到它们应该去的地方——骨骼。维生素 K<sub>2</sub> 领钙入骨，刷新了现有的补钙观念，让钙不“迷路”、补得到位，有助于骨骼健康和心血管健康。补钙新时代，补钙同时更要注重补充维生素 K<sub>2</sub>。

文/刘芳



## 养生堂® 维生素 K<sub>2</sub> 软胶囊三大优势

- 源自优质纳豆菌，深层液态发酵  
养生堂维生素 K<sub>2</sub> 软胶囊优选纳豆发酵中的优质菌种，遵循自然规律，把控发酵时间和温度，通过深层液态发酵技术，释放纯净的维生素 K<sub>2</sub>。
- ≥98% 高纯度，全球优质进口原料  
严选全球优质原料，来源于欧洲进口 ≥98% 的高纯度维生素 K<sub>2</sub>，品质符合欧盟食品安全体系 FSSC 标准。
- 全反式 MK-7，高活性维生素 K<sub>2</sub>  
MK-7 是维生素 K<sub>2</sub> 的黄金标准，且反式立体结构才具备活性，养生堂维生素 K<sub>2</sub> 采用全反式立体结构 MK-7，每一颗都是高活性的维生素 K<sub>2</sub>。