



乌兰察布“两新”政策火力全开： 超8万单以旧换新激活消费，汽车家电数码齐“升温”

06版



为家园添新绿 青少年在行动



繁荣社区开展青少年植树活动

实习记者 杜林楷 摄

07版

歌舞书画展风采，银发族诠释别样晚年

07版



从年轻人“囤健康”看消费潜力

白剑峰

从“熬最深的夜，用最贵的眼霜，吃最好的保健品”，到“炸鸡配红茶，可乐放党参，啤酒加枸杞，熬夜敷面膜，蹦迪穿护膝”……在网上，分享养生“秘籍”成为不少年轻人的社交话题。尽管有些做法并不科学，但折射出年轻人的健康消费新需求。

如今，越来越多的年轻人对生活品质有了更高追求，对自身健康越来越重视。与老一代人“囤东西”不同，今天的年轻人更愿意“囤健康”，也更舍得在健康上花钱。他们关注养生，并非为了“治已病”，而是为了“治未病”；他们热衷养生，并非为了“延年益寿”，而是为了“改善状态”。他们深信，没有健康，一切泡汤。与其被动地等待身体报警，不如主动地关注身心健康。他们既追捧互联网时代的“轻养生”，也崇尚中医经典里的

“老方子”。这表明，年轻人的健康消费观念正经历着深刻嬗变，从“被动消费”转向“主动消费”，从“选择消费”转向“刚性消费”。

最近，商务部等12部门印发的《促进健康消费专项行动方案》提出，“培育和发展健康消费领域新质生产力，提升健康商品和服务供给质量，打造新业态新模式新场景，更好满足人民健康消费需求。”《“健康中国2030”规划纲要》指出，到2030年我国健康服务业总规模将达到16万亿元。据调查，当年轻人的健康困扰主要集中在皮肤、头发、情绪、睡眠、身材、视力等方面。可以预见，“Z世代”将逐渐成为健康消费增长的主导力量，健康产业迎来前所未有的发展机遇。

虽然健康消费是年轻人的“刚需”，但并不

意味着他们饥不择食、盲目花钱。智能化、便捷化、个性化、时尚化，正成为年轻人健康消费新趋势，这也是引领健康消费的“流量密码”。谁能读懂年轻人的心，准确把握未被满足的消费需求，谁就能赢得无限商机，实现供给与需求的双向奔赴、同频共振。

科技助力，让健康消费更人性。近年来，越来越多的智能健康产品受到年轻人青睐。例如，一款智能健康预警手表，不仅可以持续监测心率、血压、血氧等关键指标，还能提前发现潜在的健康风险，并及时发出预警，从而有效降低突发疾病带来的危害。从微型化、可穿戴、多参数生命指标的监测与传输，到智能化膳食、运动、心理调适全天候警示与指导，人工智能技术正在将健康管理从“奢侈品”变为“必

需品”，丰富着年轻人的健康生活体验。

文化赋能，让健康消费更时尚。传统医药与滋补饮食“牵手”，赋予健康产品深厚的文化内涵，催生了大量的草本咖啡店、中式养生茶饮店、养生面包店以及各种健康生活馆。例如，阿胶奶茶、酸梅汤成为新晋“顶流饮品”，红豆薏米饮、玉米须茶等植物饮料风靡一时，石斛、人参、肉桂、罗汉果等“中药+咖啡”混搭组合备受追捧，红枣枸杞水、山楂陈皮水等“养生水”销量猛增，中药面包、中药冰淇淋等休闲食品大放异彩……这些融合了传统文化与现代口味的国货“潮品”，快速切入年轻人的养生赛道，满足了多元化、个性化的消费需求。

服务创新，让健康消费更便捷。健康服务供给提质增效，有力地释放了年轻人健康消费

潜能。以健身行业为例，传统的健身消费以健身房为主，存在时间和空间上的局限。很多年轻人下班后没有时间和精力前往健身房锻炼。随着虚拟现实、增强现实等技术的普及应用，健康服务业通过打造健身新模式，推出一批崭新的应用场景。例如，健身房利用虚拟现实技术，让年轻人在家中便可沉浸式体验和互动，获得逼近真实健身场景的锻炼效果，使健康服务更加高效、快捷、便利。

健康无价，投资健康就是投资未来。健康并不是一个抽象概念，而是生活中千次万次选择的累积结果。以高质量供给创造有效需求，培育健康消费新动能，为百姓提供更加丰富的健康生活方式选择，必将成为健康中国建设的生动注脚。