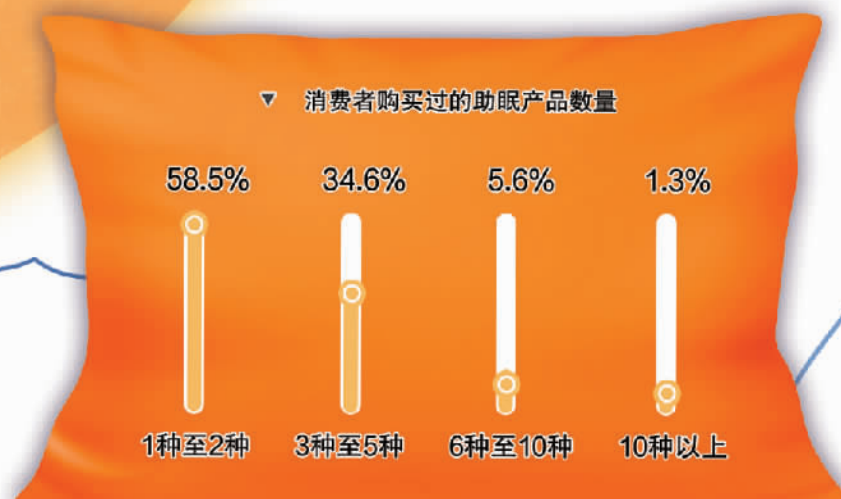
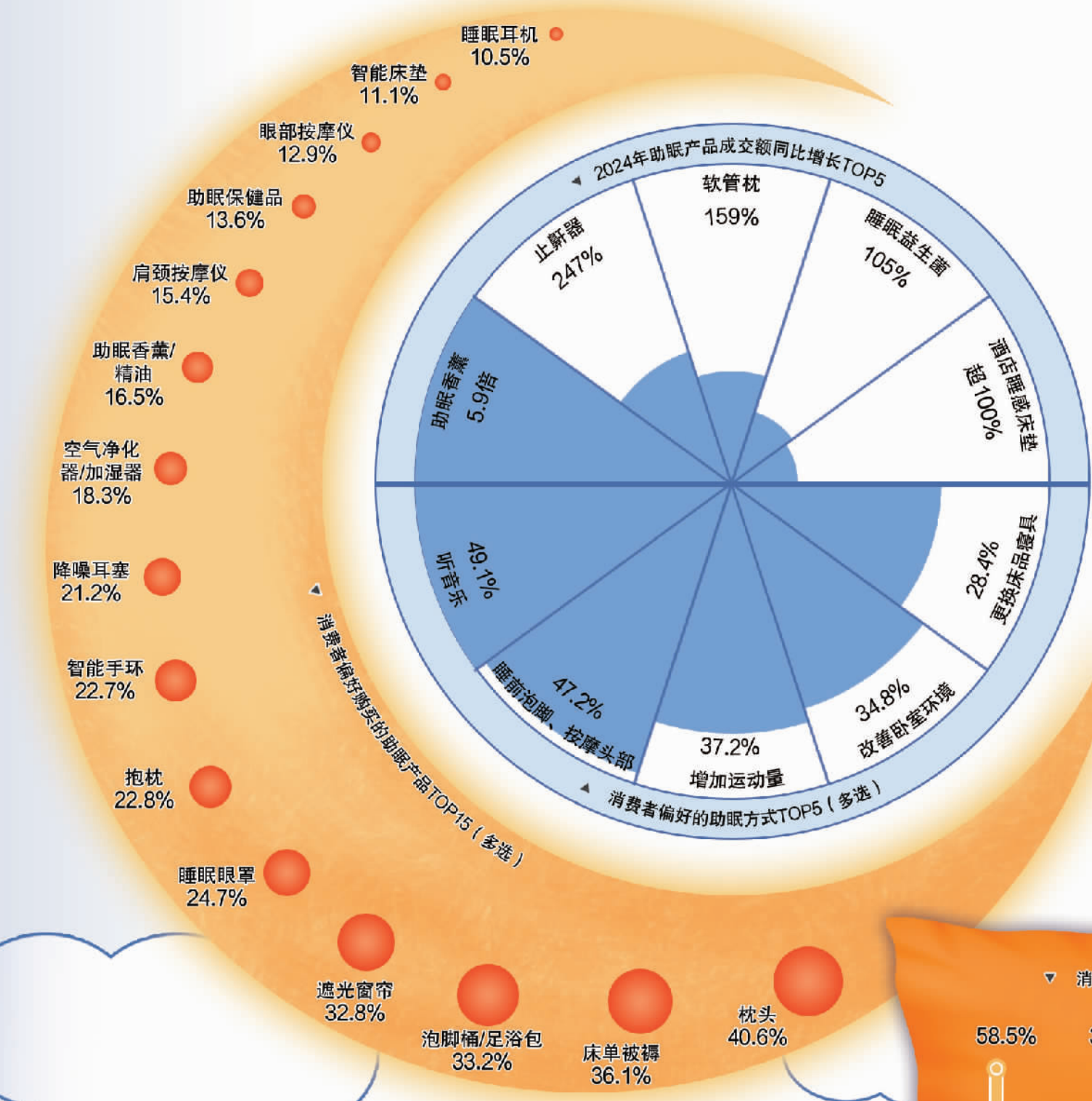
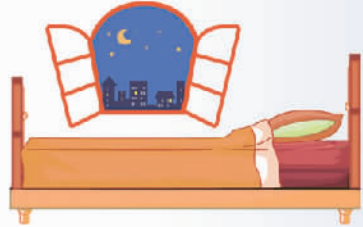
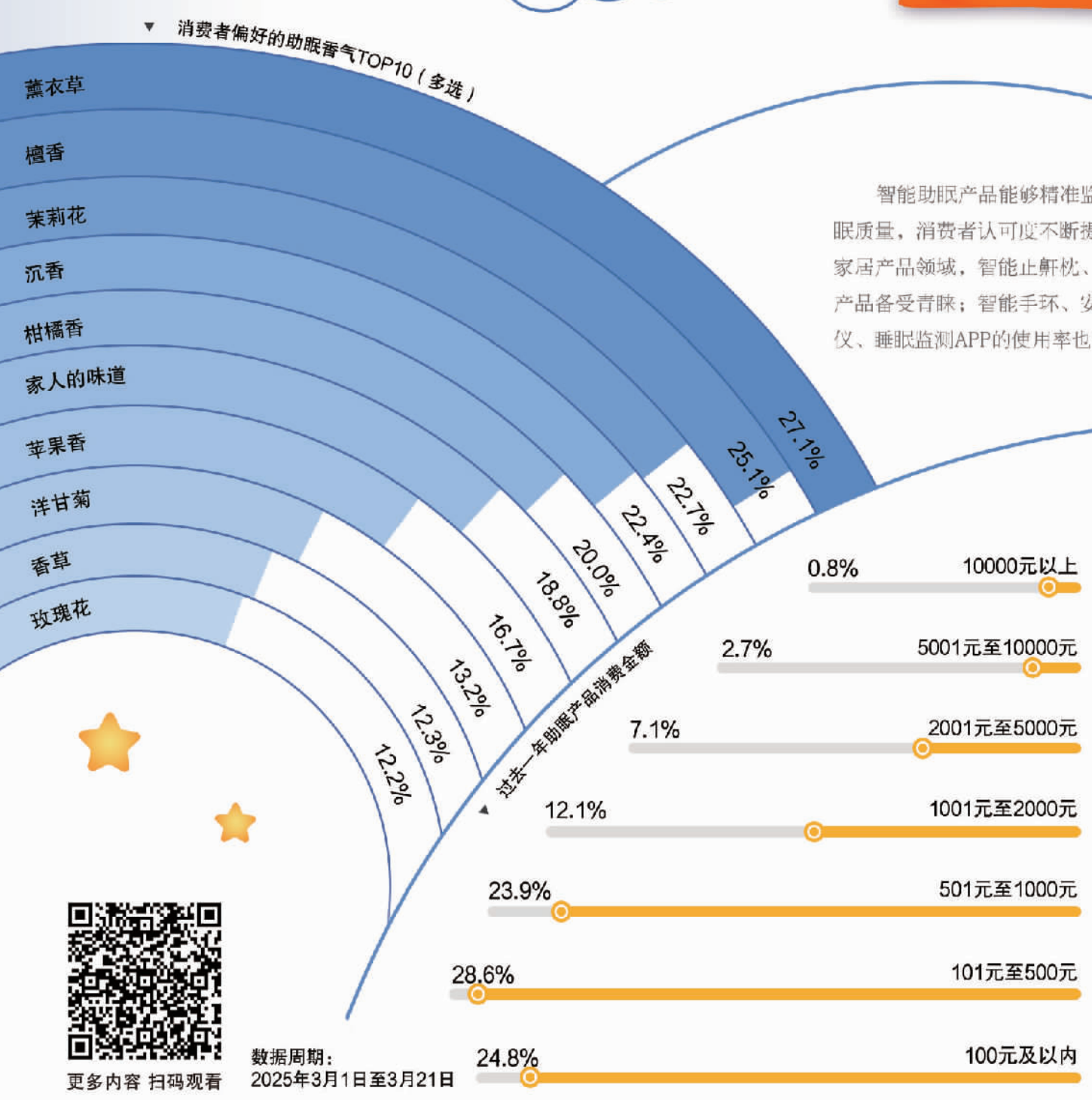


在这里读懂中国消费

助睡眠产品扩容提质



睡眠经济的崛起，不仅体现了人们对健康生活的追求，更是快节奏工作生活下的必然产物。睡眠经济涵盖家居类助眠产品、睡眠环境类产品、助眠保健品、科技类助眠设备以及睡眠咨询和指导等，产品和服务种类丰富多样，满足不同消费者的个性化需求。



说数

在快节奏的现代生活中，睡眠问题困扰着越来越多人，也催生了蓬勃发展的睡眠经济。《2025年中国睡眠健康调查报告》显示，我国18岁及以上人群的睡眠困扰率为48.5%，且随着年龄增长这一比率在逐渐上升。2024年，我国睡眠经济市场规模预计突破5000亿元。

从听助眠音乐，到改善卧室环境，再到服用保健品和使用智能助眠产品，为了睡个好觉，人们采取的方式五花八门，消费者对助眠产品的需求与日俱增。线上消费数据显示，2024年助眠香薰类产品成交额同比增长5.9倍；止鼾器、睡眠益生菌、酒店睡眠床垫等成交额同比增长均超过100%。

随着科技进步，智能助眠产品异军突起。2024年智能床垫成交额同比增长80%，智能手环、智能枕头、控温被等也备受关注。智能助眠产品由AI算法和算力支持、能够采集生命体征和环境数据，通过精准监测、主动干预，实现睡眠全过程中的健康管理，是消费者特别是年轻人的助眠新选择。除了“黑科技”加持的产品热卖，睡眠咨询和睡眠治疗服务也崭露头角，消费者希望能够获得更专业的睡眠指导和解决方案。

随着人们对睡眠质量的重视程度不断提升，传统舒睡产品如遮光窗帘、眼罩、耳塞等持续热销，个性化智能助眠产品日渐走俏，科技的进步和消费需求的多样化为企业提供了广阔的发展空间。目前，行业中仍存在规范和监管不足、产品质量参差不齐、夸大宣传等问题。企业应通过技术创新，提升产品科技含量和品质，为消费者提供更精准的睡眠解决方案；监管部门需进一步规范睡眠经济市场，确保产品质量合规；同时，还应加强睡眠知识科普，让消费者理性看待各类产品并作出更科学的消费决策。



数据周期：2025年3月1日至3月21日