

从泡枸杞到喝参水

这届年轻人为了养生到底有多拼？

如果不是亲眼所见，你根本不知道这届年轻人为了养生有多拼。“熬最晚的夜，用最贵的面膜”“保温杯里放枸杞”这些已经成为过去式，眼下年轻人开始直接“拿人参当零食吃”。那么，把他们逼上放大招“绝路”的，究竟是“求生欲”需要还是社交属性的助攻？



搜索小红书里的养生饮料，有5万多个相关笔记。

1 19.9元1瓶的“人参水”火了

“我从来没有想到，自己的饮料清单里，还会出现一整根人参。”近日，市民俞小姐在朋友圈里分享了最新的饮品——参水。她告诉记者，这是最近流行在他们小圈子里的养生饮料。自己从事新媒体行业，不仅工作压力大，熬夜也是家常便饭。最近流行不少所谓“熬夜水”的饮料，据说能帮助熬夜的人恢复元气。“抖音上、小红书上都是它，我就忍不住买来试试。”俞女士笑着说，虽然也被朋友嘲笑过有被收“智商税”的嫌疑，不过架不住好奇。

记者了解到，这种名叫“一整根”的网红饮品今年5月推出。从配料表上看，其采用的是5年及5年以下的

养殖人参，配以杭白菊、茉莉花以及其他食品添加剂。尽管包装上并没有直接关于功效的宣传，不过在出售它的网站页面上，多数有“熬夜水”“元气”“1瓶等于20片干人参”等标语，不免让人对其功效产生联想。

“一整根”有多火？据网上资料显示，这种零售价19.9元1瓶的饮料，在推出的1个月里，在1万多家便利店销售了33万瓶左右。目前小红书上还有两万多条相关笔记，更是引发一堆达人对其进行测评。

记者向罗森宁波区域的相关负责人询问，他表示，这一产品来过宁波一次，之后就一直处于断货中，现在“应该是全国供不应求”的状态中。

2 是噱头还是确有“疗效”？

那么看起来噱头这么足的“一整根”，“疗效”的成色足不足？对此，记者询问了宁波药材股份有限公司的业内人士。这位业内人士表示，按国家相关标准，5年以上的人参为药材，不能随便添加在饮料食品中，而作为药食同源的产品，要求人参为5年以下（人工种植）。另外，园参（即人工种植）长得比较粗壮，从外观上看，这个产品里浸泡的是参秧或是低年份小参的可能性较大。

“人参确实有补元气、复脉固脱、补脾益肺的作用，但野生人参和种植的园参功效肯定不一样，而园参参秧的有效成分就更少了，消费者还是要有所辨认。”这位业内人士说。

此外，对于一些网友所说的“10来元能买到真人参吗”之类的问题，业内人士表

示，在产地，人参的价格确实便宜很多，如果是人工种植的5年以下的园参，采购成本是非常低的。“目前在辽宁抚顺以及吉林那边，参秧一般只要1元1支。”

而在营销人士看来，“一整根”的营销冲击力远比其“功效”更有看头。营销专家周健告诉记者，透明包装里放上一整根人参，从你看到它的第一眼，它作为商品已经成功了一半。“商品的标志性属性之一就是让人为它消费，如果不能让你第一时间花钱，就让你记住它并成为它的传播者，显然，‘一整根’已经做到了。”周健说，整根人参的视觉标签加上“熬夜水”的定位，帮助它快速吸引到目标人群：爱社交、有猎奇心理并愿意为此买单且是熬夜主流人群的年轻人。



用“一整根人参”泡制的养生饮料。记者 黎莉 摄

3 养生新赛道 是否能长红？

从保温杯里放枸杞到用“一整根”续命，在内卷的加持下，这届年轻人为了“养生”，已经打开了新世界。

在今年的世界睡眠日，天猫健康联合蜗牛睡眠、阿里健康研究院推出《这届年轻人不好好睡觉研究报告》。报告显示，在调研人群中，64%的被调查者每周至少熬夜3次；近四成00后、95后天天熬夜；半数80后、90后一周至少熬夜3次。熬夜大军的出现，自然给了市场一个新的挣钱赛道。

当然，需求并不仅来自于熬夜。根据CBNData发布的《年轻人养生消费趋势报告》显示，九成以上90后已具备养生意识，且超半数90后正走在养生路上。于是，市面上出现了越来越多打着养生旗号的饮品，用玫瑰、陈皮、薏米、铁皮石斛等制作的“神仙水”“素颜水”“元气水”“祛湿水”“美颜水”频现。同仁堂推出的轻体水、童涵春堂推出的刮油水都引发了大量网友的关注和讨论。

随着社会竞争日益激烈和生活方式的改变，人们对于健康养生的需求激增，再加上Z世代逐渐成为消费主力，以“营养保健”为标签的养生饮料消费市场日益庞大，赛道已然形成。不过，这类产品后续是否能持续占有市场，还是落入昙花一现的网红产品宿命，关键还是在于产品品质能否得到消费者的认可。

记者 黎莉

“高息”套路莫轻信 守住“钱袋”防陷阱

“张阿姨，您今天要是不过来，名额我就不留了，抢着要的人太多了！”“我在银行取钱呢，你一定给我留住。”挂了电话，张阿姨急匆匆跑到银行，对银行窗口办业务的小李说：“小姑娘快点，不然来不及啦。”小李看着张阿姨即将到期的存单劝道：“阿姨，您这笔定期存款马上就要到期了，取出来实在太可惜。”“没事，现在外面的理财既保本收益又在10%，我再不取钱，买不到了那才可惜呢！”张阿姨回答。

以上情况您在日常工作生活中遇到或听到过吗？随着经济的快速发展，人们的投资意识不断增强，投资方式、投资

渠道也日趋多样化，但由于部分消费者缺乏专业投资知识，对金融风险认识不到位，犯罪分子就会打着“高息”的旗号，诱惑他们参与其中，造成老百姓的“血汗钱”血本无归。

为此，宁波银行给您支招：

一、警惕“保本高收益”理财产品。一般情况下，理财产品的收益越高，客户承担的风险相对也就越大，千万不要随意相信口头承诺无风险、高回报的虚假宣传。切记：你贪的是人家的利息，人家要的却是你的本金！

二、理性看待广告和宣传内容。不法分子在宣传上往往一掷千金，聘请“业

内知名人士”代言，以“慈善公益、扶贫济困”为幌子，以“高端制造、科技振兴”为噱头吸引人们的眼光，投资人应主动学习金融理财知识，提高风险识别能力。谨记：金融知识学一点，理性选择不跟风。

三、投资前要和家人多沟通。遇到投资集资类宣传，一定要避免头脑发热，不法分子往往会营造出“名额紧缺、限时优惠、早买早收益”的紧张气氛来催促投资者，老年人很容易被忽悠，因此投资前一定要和家人多沟通交流。牢记：只要涉及“钱”的事情，就要保持高度警惕。

宁波银保监局提醒广大市民：非法

集资活动涉及内容广、表现形式多样，老百姓切莫相信所谓的“保本高息”产品，日常应提高风险防范意识，守护好自己的“钱袋子”。

记者 徐文燕
通讯员 董杨 董妍娜 张宏伟

