

2016



中国中产阶层睡眠指数白皮书

调研发起：慕思寝具

学术支持：中国睡眠研究会

技术支持：今日头条

国内首次关注中产阶层睡眠状况

中产阶层睡眠调研 样本量最多的一次

我们希望添加**睡眠**这项重要指标

洞悉**万众创业、大众创新**下的中产阶层生活状态

我们希望透过**中产阶级**这一**社会中坚力量**

齐的影响

进一步探究睡眠对**国民经**

我们希望让更多人享受**健康睡眠**的福利

让睡眠成为推动社会经济发展的源动力



1380万今日头条用户的睡眠资讯洞察

3, 607, 724, 651

“呼图”与从次河上古城遗址

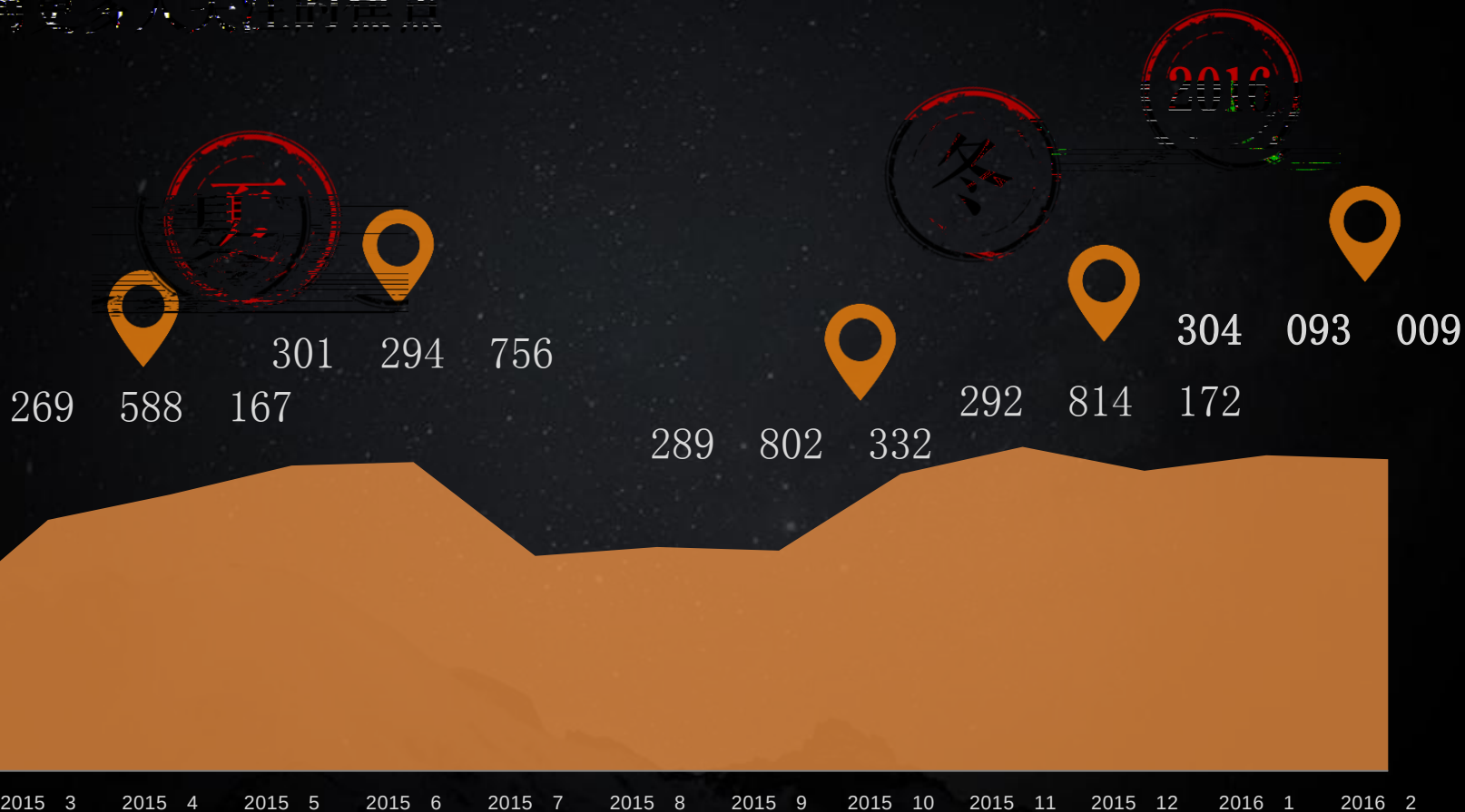


2015

网民们更喜欢吹着空调，守着暖炉关注睡眠资讯

2015

避暑胜地更多人关注的地点



宝宝的睡眠最被关注

“失眠、健康、睡姿、癌症” 却说明现代人睡眠问题的严重性

孩子

118 795 165

女人

167 677 884

宝宝

196 421 694

男人

四川人爱吃爱睡

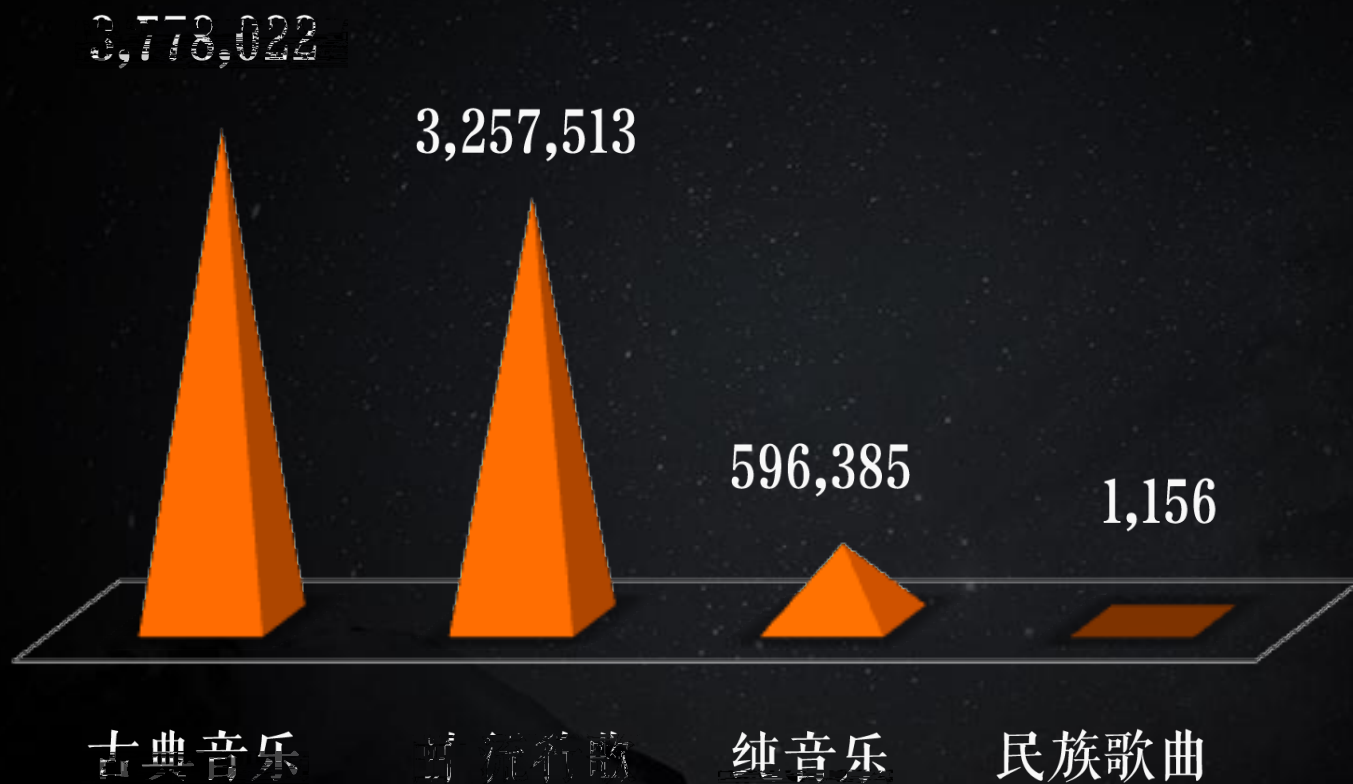
一、没在班上的在网线
二、二线城市在钱身



看书、听音乐与睡眠更配



十曲音乐是睡眠曲首堆





52083

38117

25—55岁 青壮年人群

各年龄段人群





品牌策略



汽 油 燃 料



房产品牌



奢侈品

TA们



休闲爱好

兴趣爱好

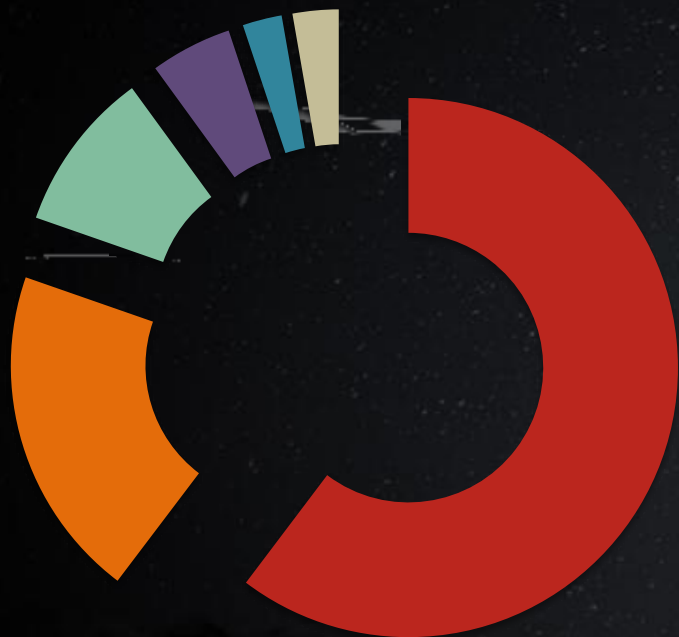
音乐类型



健康睡眠者



慢性疾病患者



睡眠浅、易惊醒 43.66%

早醒 14.48%

鼾症 7%

疑似睡眠呼吸暂停 3.54%

异态睡眠 2%

严重嗜睡症状 1.71%

记忆力减退成为睡眠不佳造成的主要问题

影响交通安全

4.71%

精神问题倾向

16.94%

记忆力减退

18.70%

48.09%

睡前更玩一玩电子产品

19.62%

无论何时都会去尝试做一件“新”事

9.99%

从事脑力活动

失眠症状者急剧攀升

46.58%

公众对失眠症的理解存在错误

4.79%

长期服用安眠药

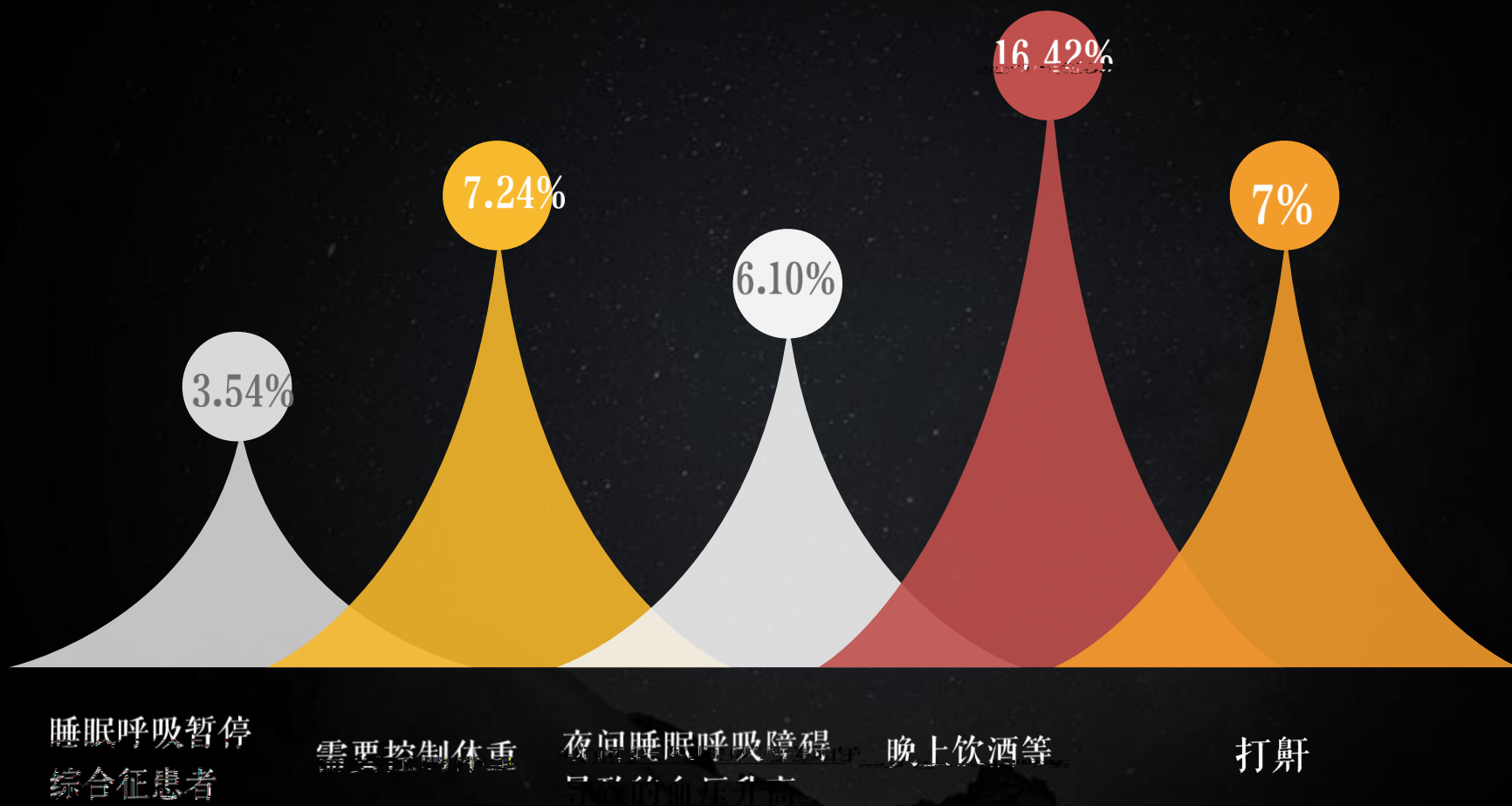
46.58%

失眠症状者

15.02%

疑似失眠症患者达

睡眠呼吸暂停综合征



人们对于睡眠的认知度提高

8.11%

“活动活动，身体发热了就能睡了”

8.86%

采取了比较具针对性的高科技
产品来了解自身睡眠状况

15.77%

认为“工作、学习、计算、思考等，
等脑子困了就能睡了”。

17.80%

使用过订制的睡眠产品



2021 世界睡眠日

好的睡眠 莫巴勃勃是羊

田 劫 1 林 金 6 1 世

感谢聆听