

从健康数据看非凡女子力—

2020年中国女性健康 白皮书



美柚 × MobTech 表博 联合发布

CONTENTS 报告目录

- 1 2020年女性**健康市场**分析
- 2 2020年女性**经期情况**与**市场**分析
- 3 2020年女性**孕期情况**与**市场**分析
- 4 2020年女性**产后情况**与**市场**分析
- 5 2020年**女性健康**偏好分析





Part One

2020年中国女性健康 市场总体分析

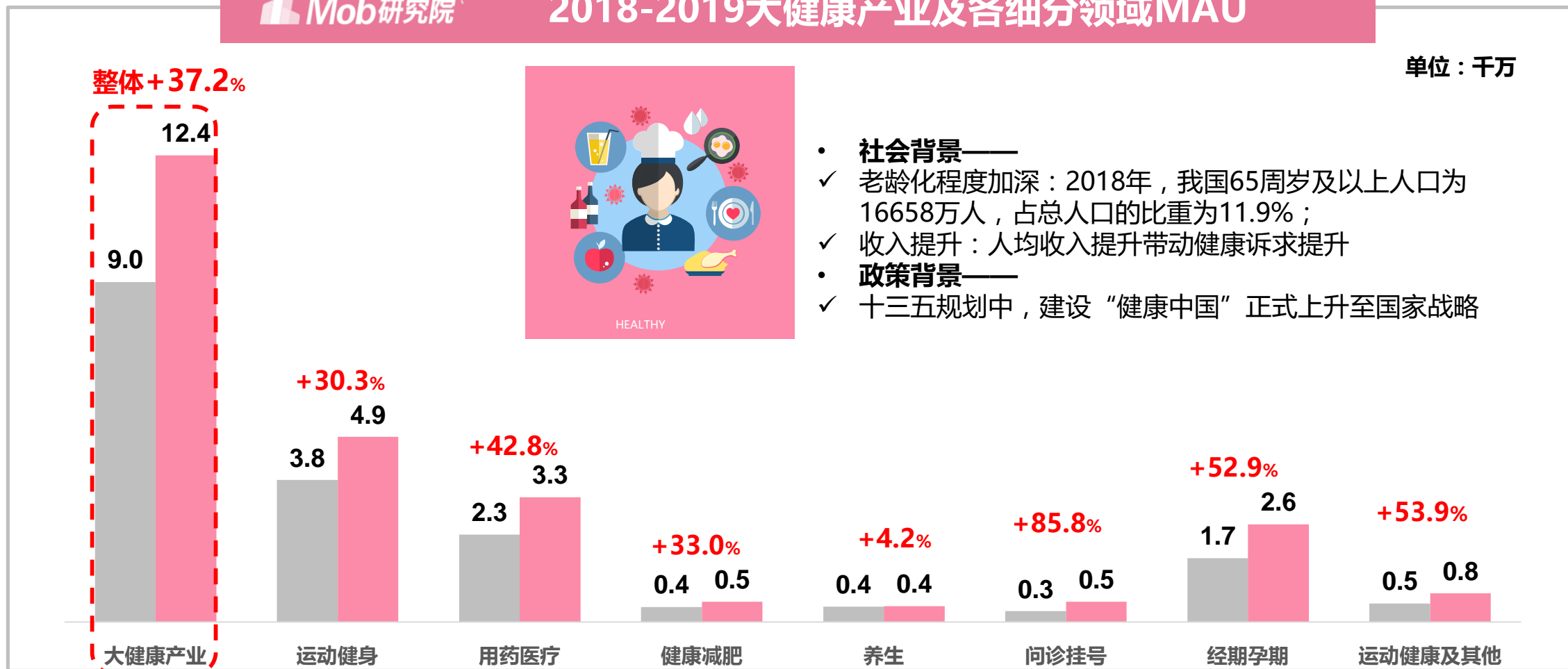
大健康产业：保持高速增长趋势

伴随着人口老龄化，国家政策推动以及国民收入提升从而导致的健康诉求增长等因素，近年来大健康产业保持高速增长态势

Mob研究院

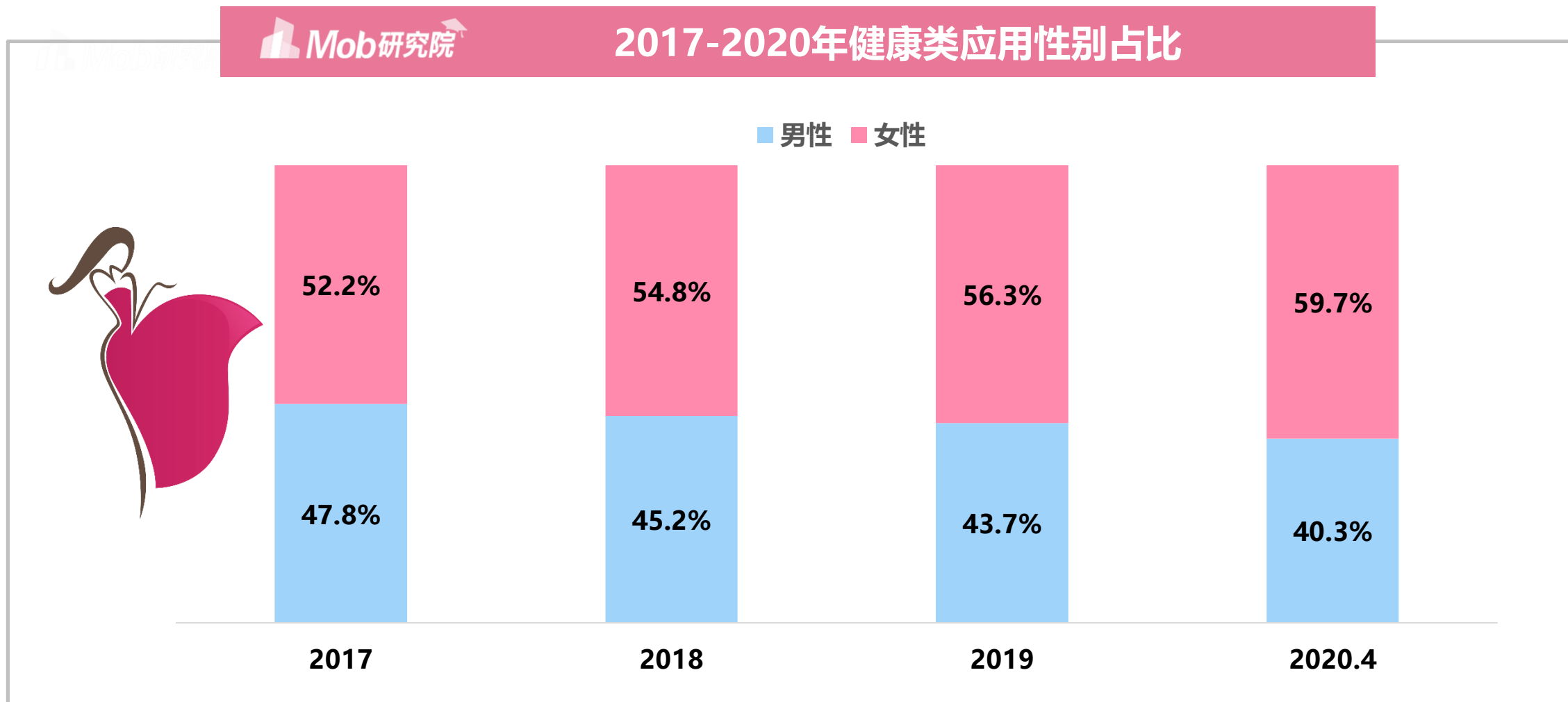
2018-2019大健康产业及各细分领域MAU

单位：千万



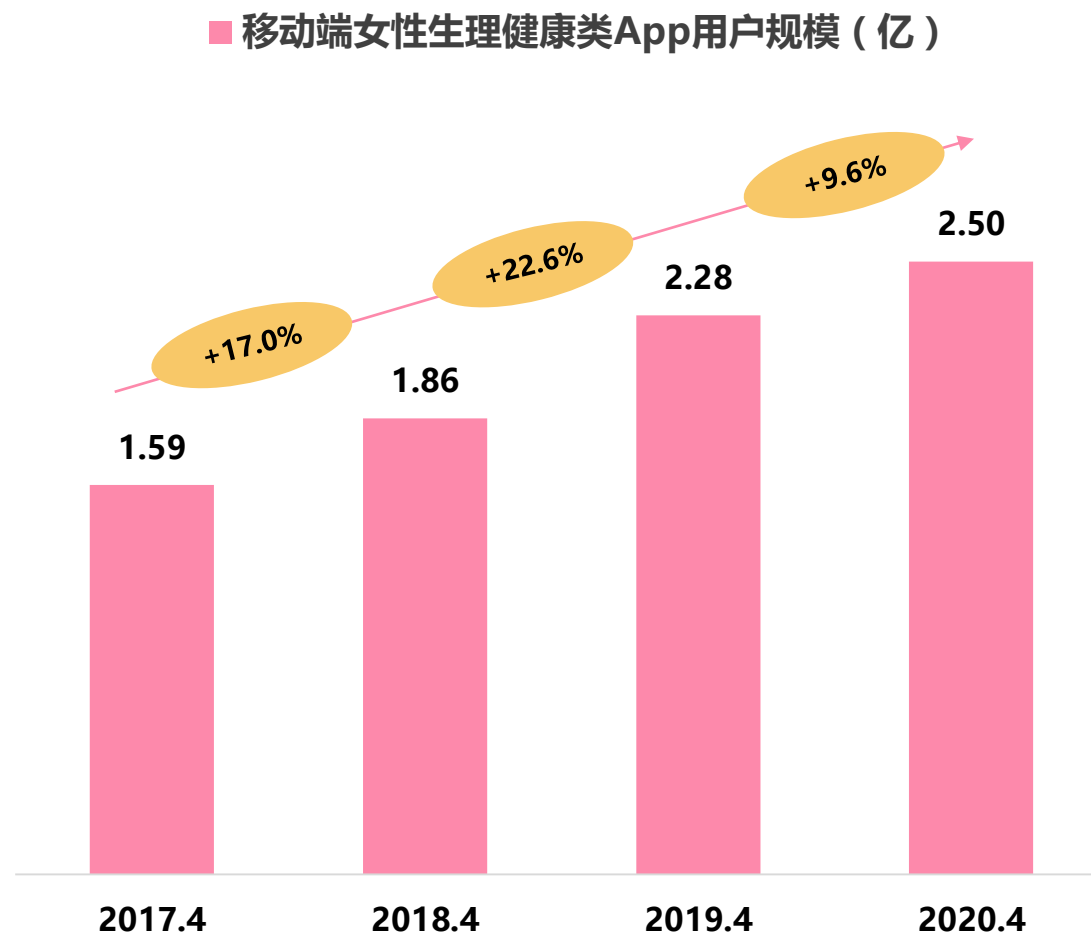
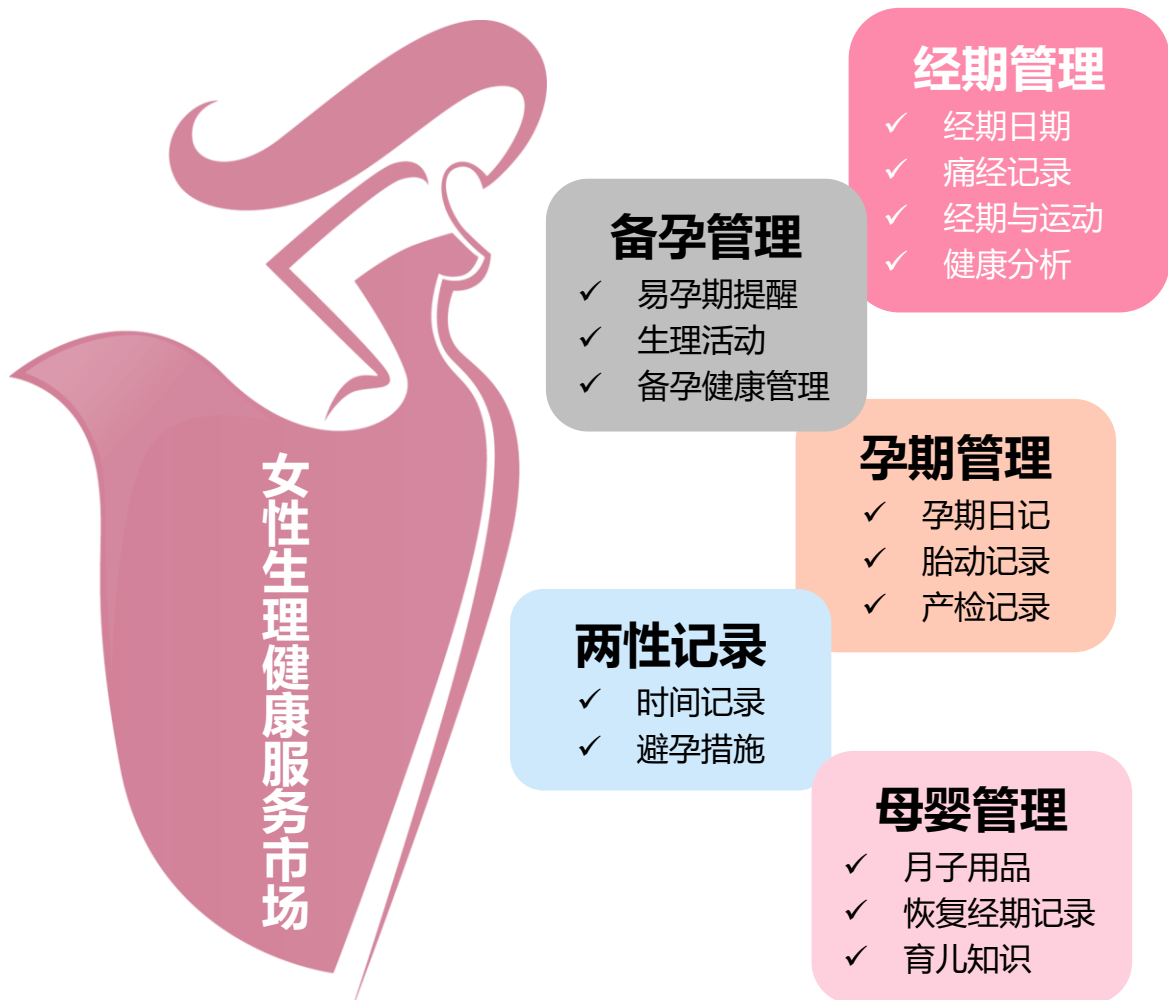
中国女性对自身健康关注度逐步提高

随着我国女性地位崛起，她们越来越重视自身健康，健康类移动应用中女性占比逐年提高，占比接近6成



女性生理健康服务市场用户规模突破2.5亿

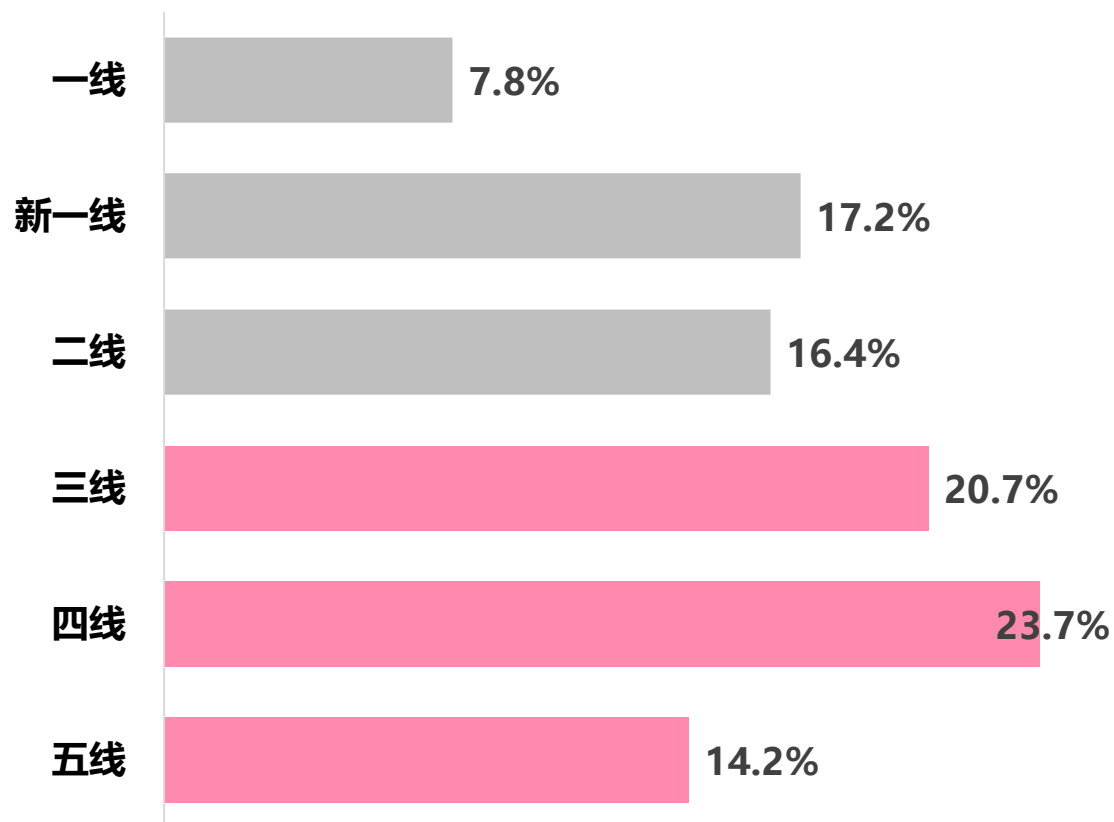
随着移动互联网的发展与国民生活方式升级，越来越多女性使用女性生理健康App记录和管理健康状态，未来女性生理健康服务市场存在巨大市场空间与潜力



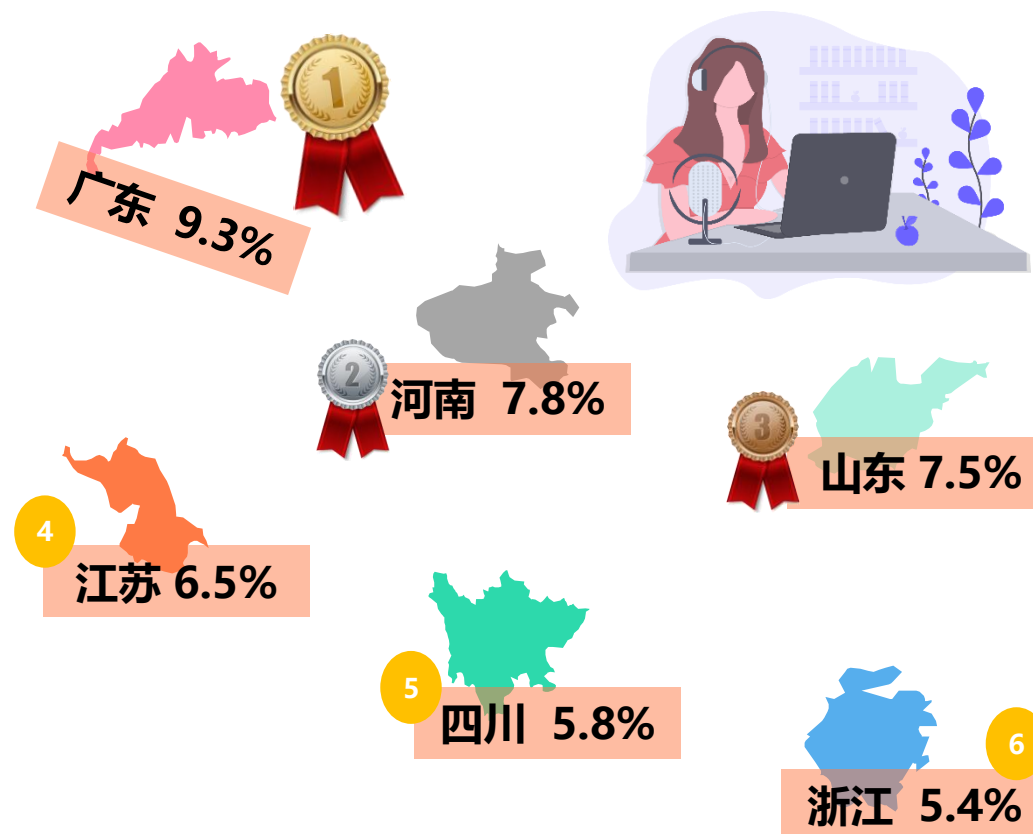
健康意识深度下沉，下沉市场女性同样爱自己

MobTech大数据显示，下沉市场女性对于自身生理健康的关注程度同样很高，显然女性健康意识与觉醒已深度下沉，与其所在地区的经济和社会发展水平并未呈现完全正相关

Mob研究院 2020年女性健康类应用城市等级



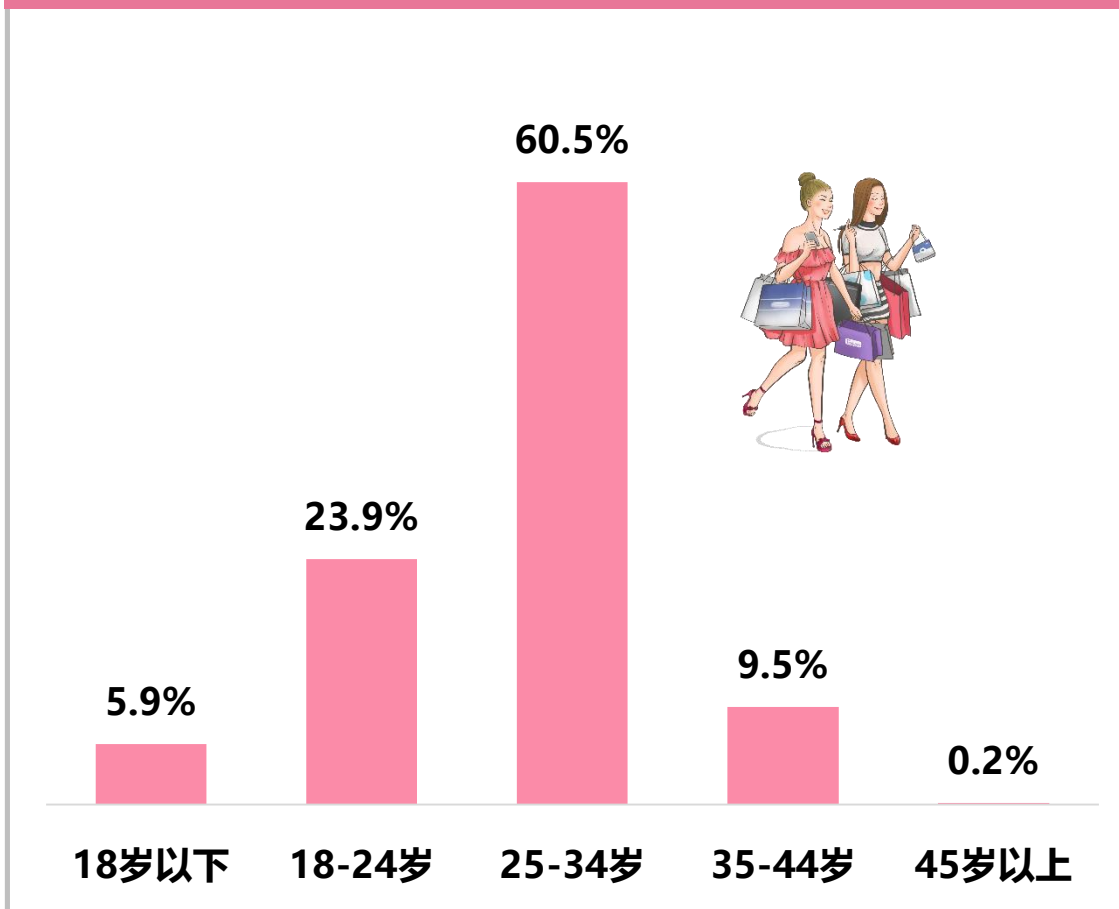
Mob研究院 2020年女性健康类应用地域分布



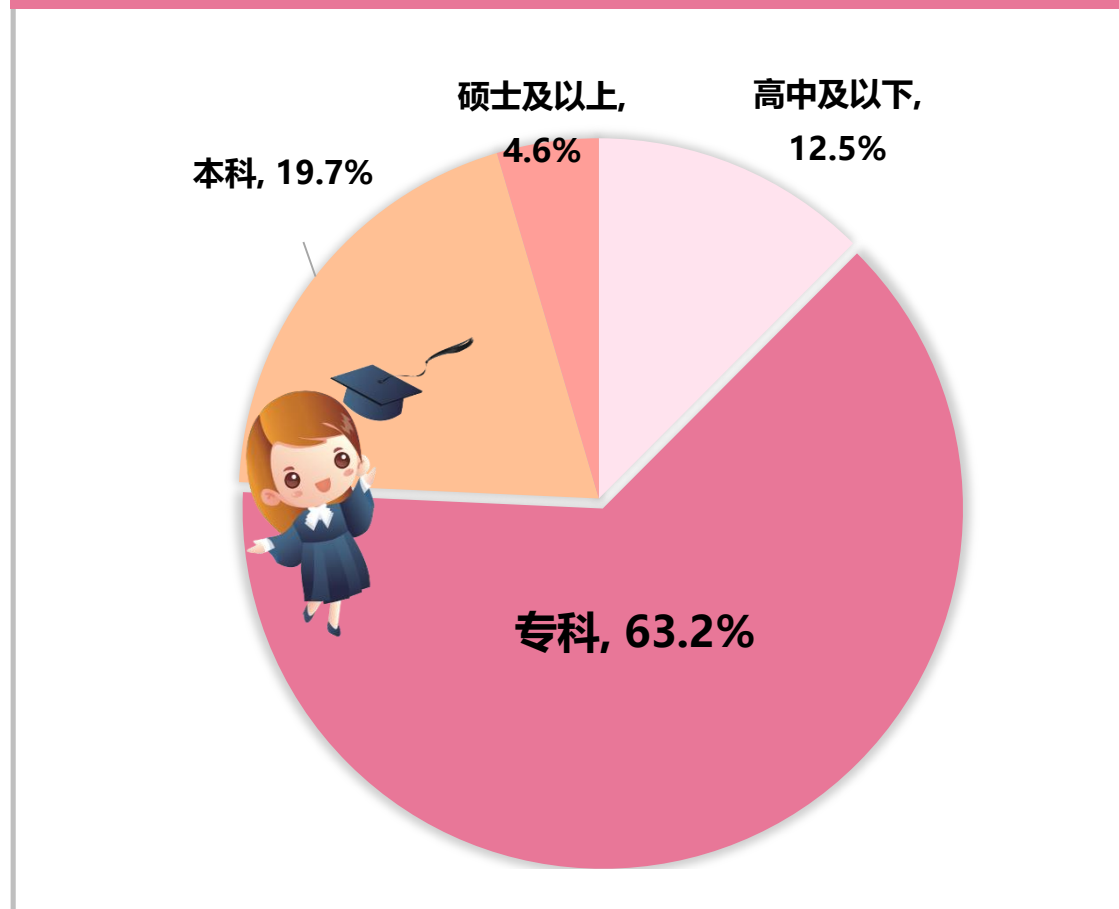
女性健康服务消费用户呈现年轻化、高学历化趋势

从女性健康服务应用的年龄和学历分布来看，25-34岁高学历女性是健康服务主力军

Mob研究院 2020年女性健康应用女性年龄分布



Mob研究院 2020年女性健康应用女性学历分布





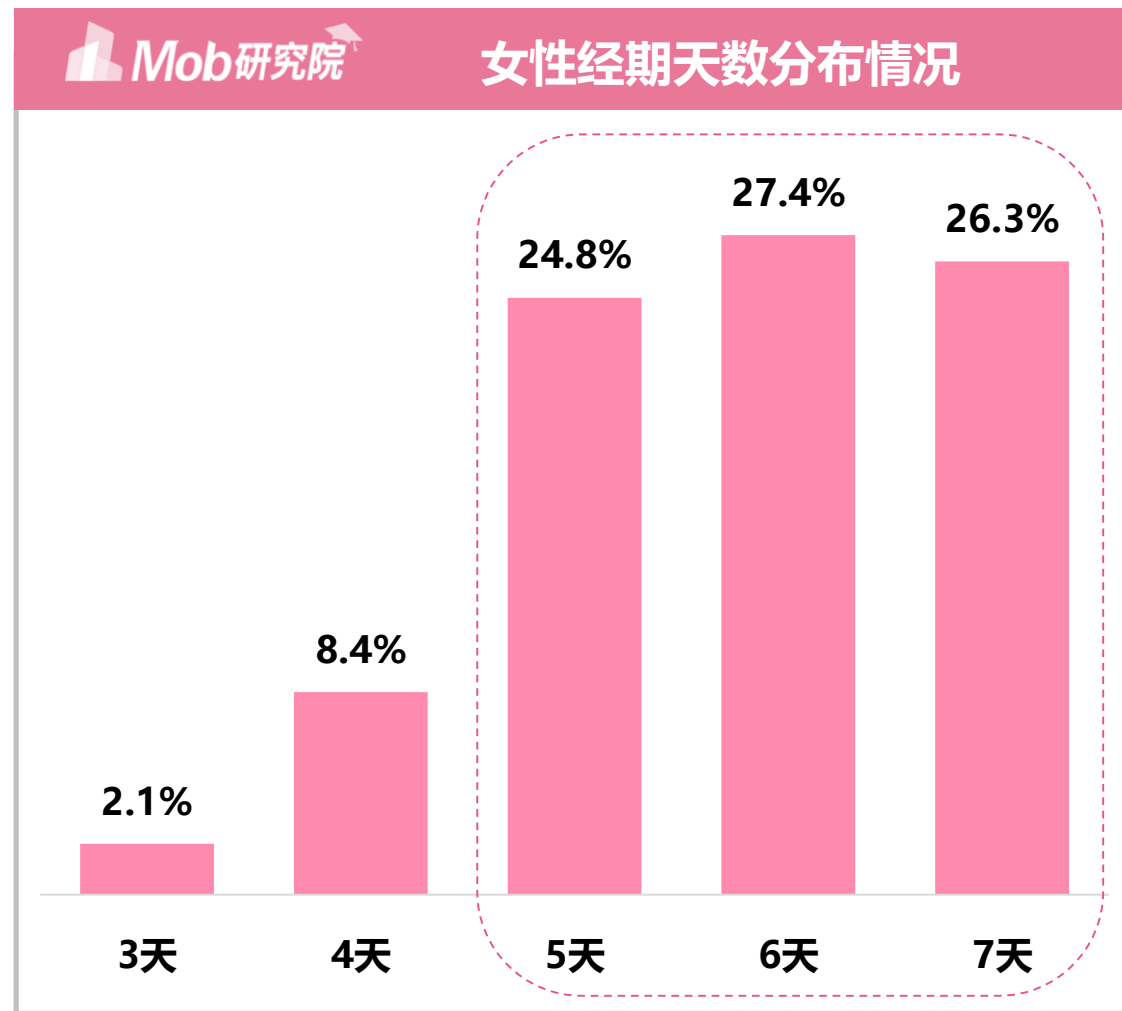
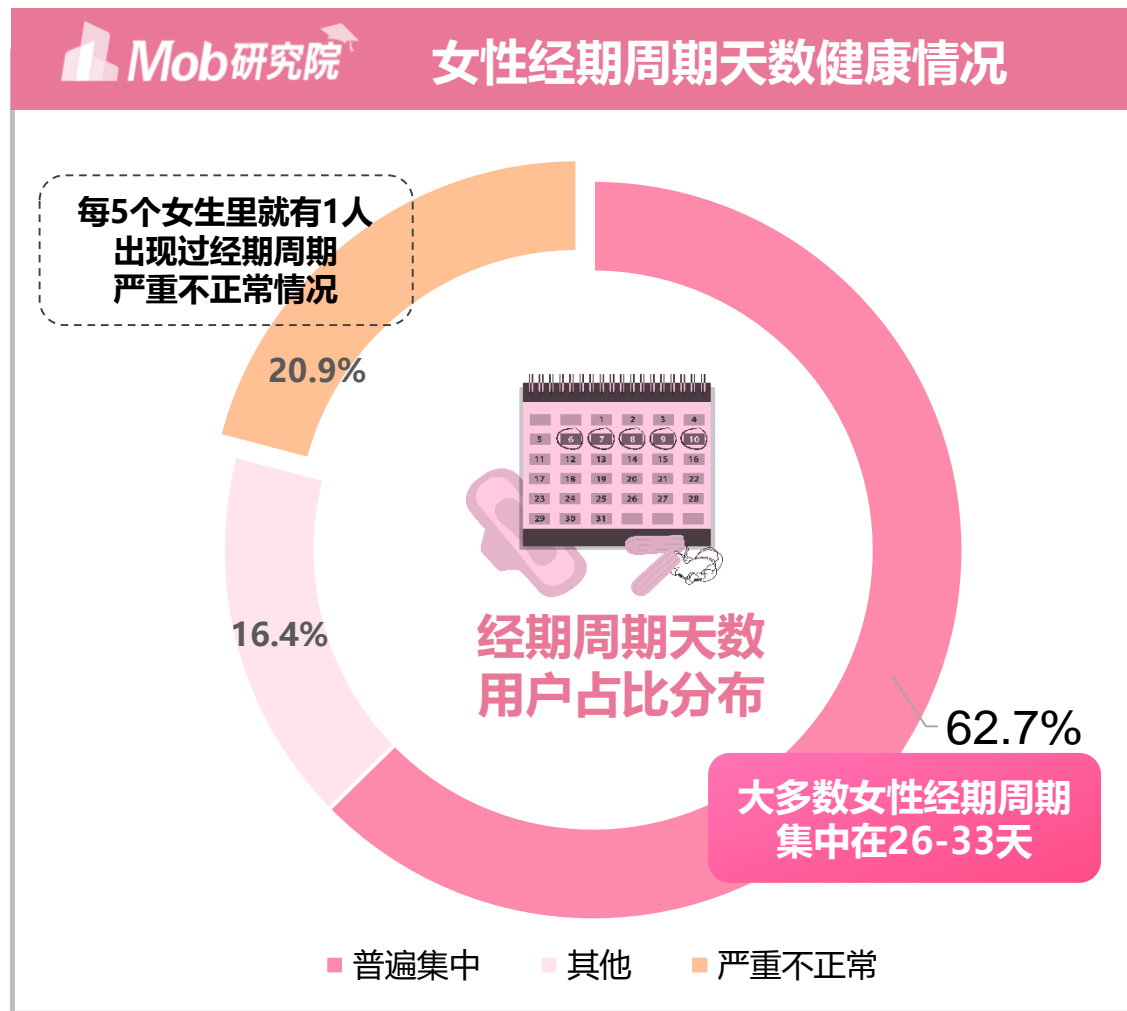
Part Two

2020年女性经期情况与市场 分析

五分之一女生出现经期周期严重不正常情况

超过60%的女性用户经期周期在26-33天；女性经期天数集中在5-7天

* 月经周期：月经出血的第一天到下一次月经开始的前一天为一个月经周期

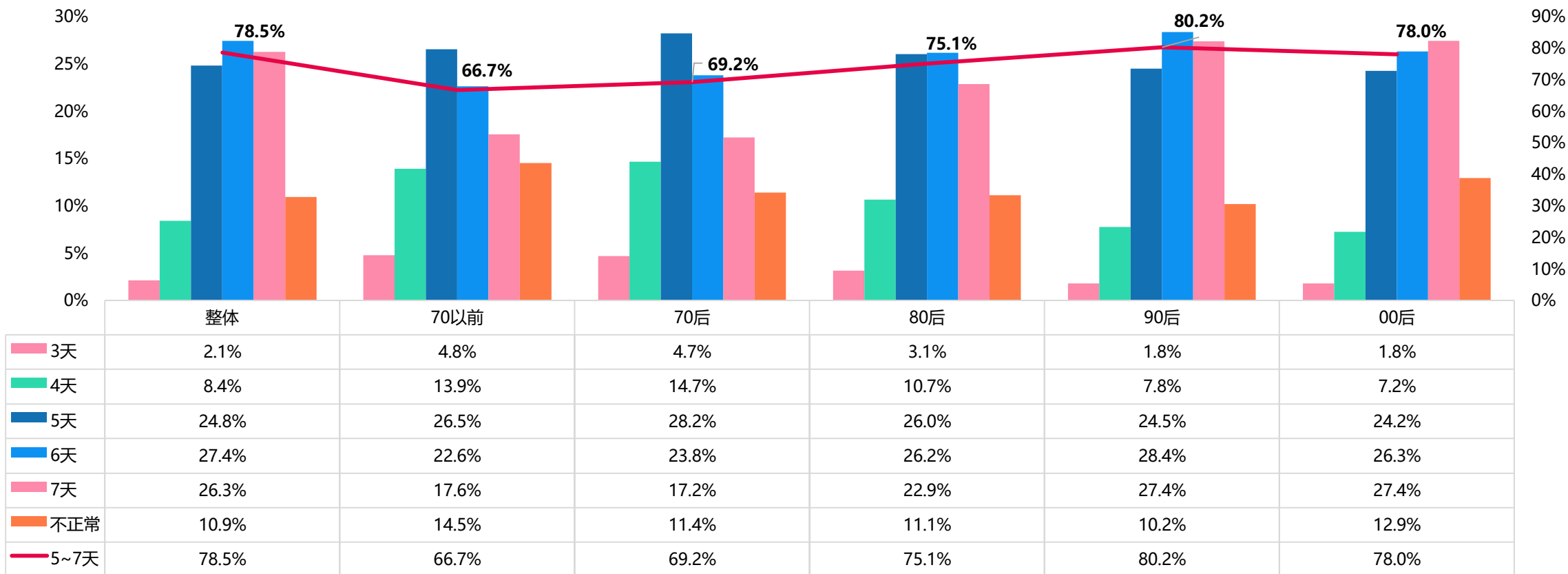


90后经期天数较为稳定

00后受部分初潮用户影响，经期天数变化较大，但经期天数在5~7天用户占比接近整体平均值；90后经期天数较为稳定，5~7天用户占比超过80%

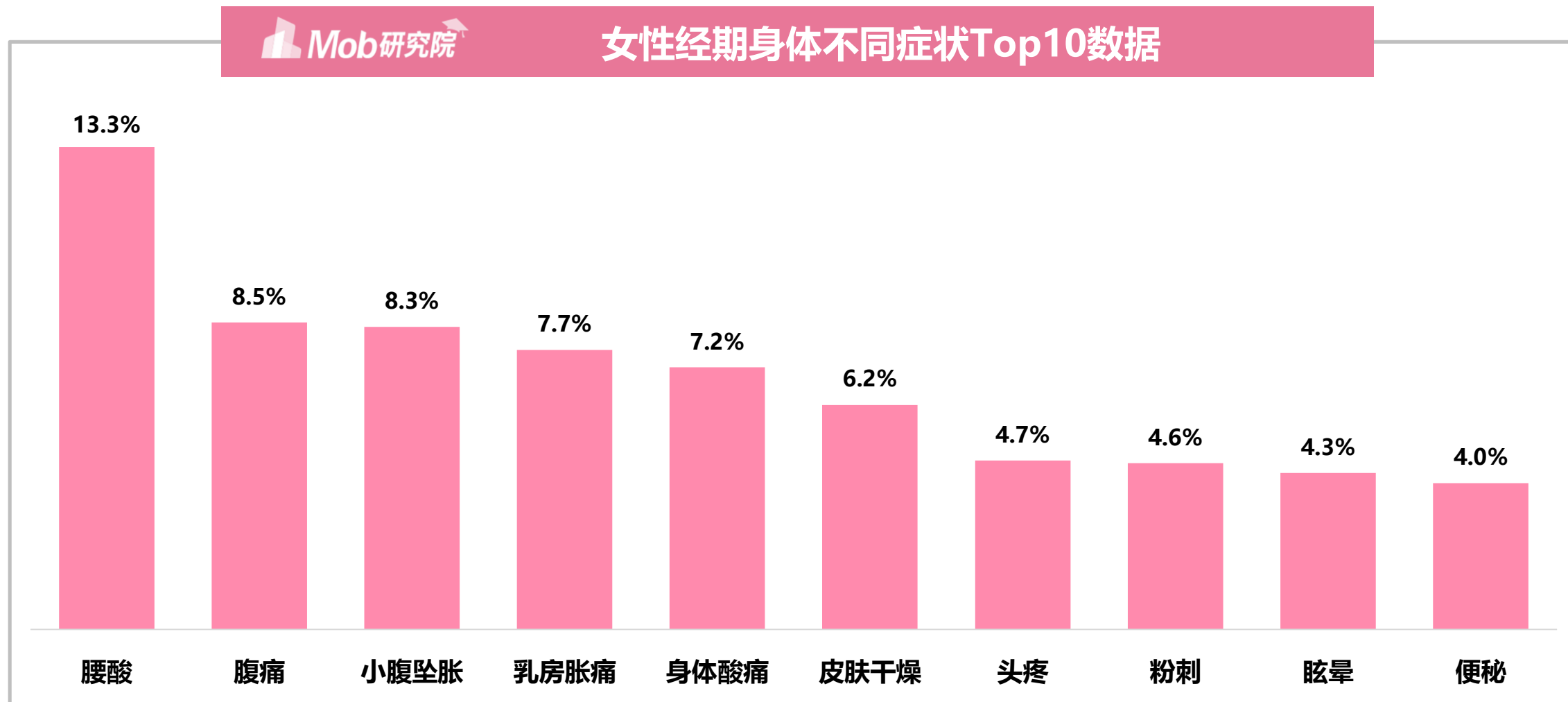
Mob研究院 2020年不同世代经期天数分布与占比情况

3天 4天 5天 6天 7天 不正常 5~7天



【痛】和【酸】是女性经期期间主要症状

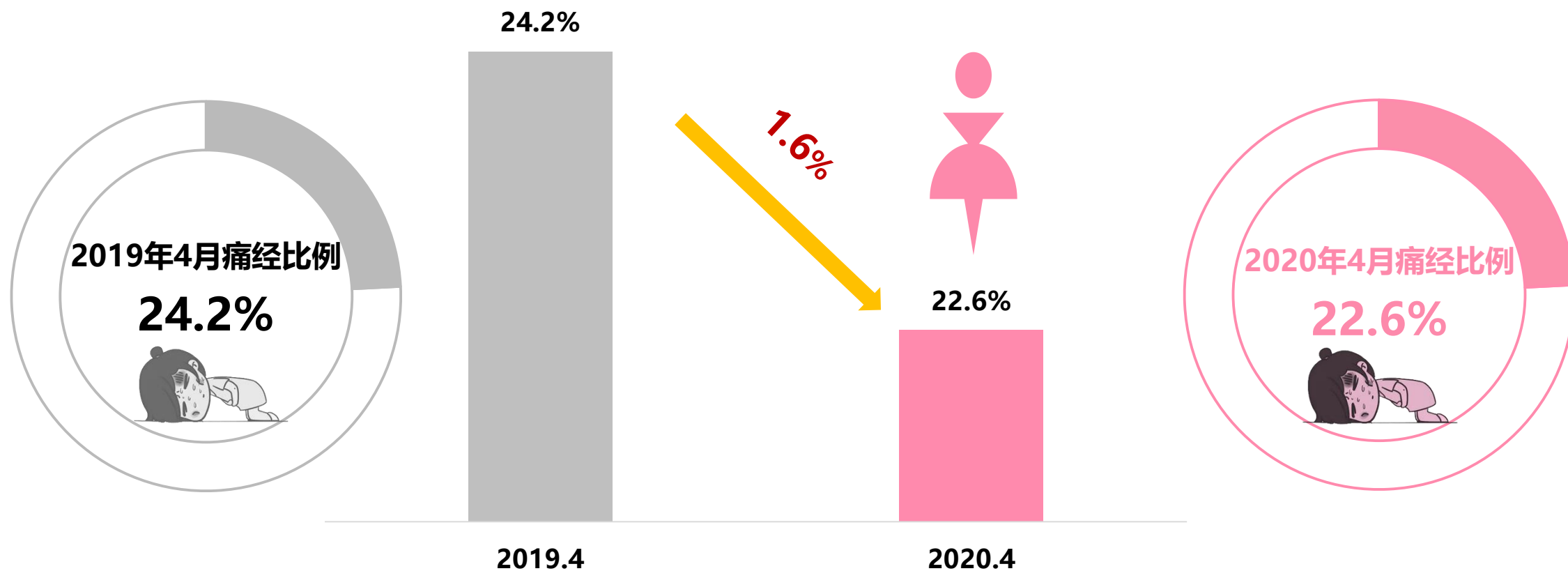
女性在大姨妈期间会出现不同症状，但主要是存在酸和痛的症状，首当其冲的是腰酸和腹痛，其次小腹坠胀、乳房胀痛、身体酸痛等症状比例也较高



超2成有痛经情况，但情况呈现好转态势

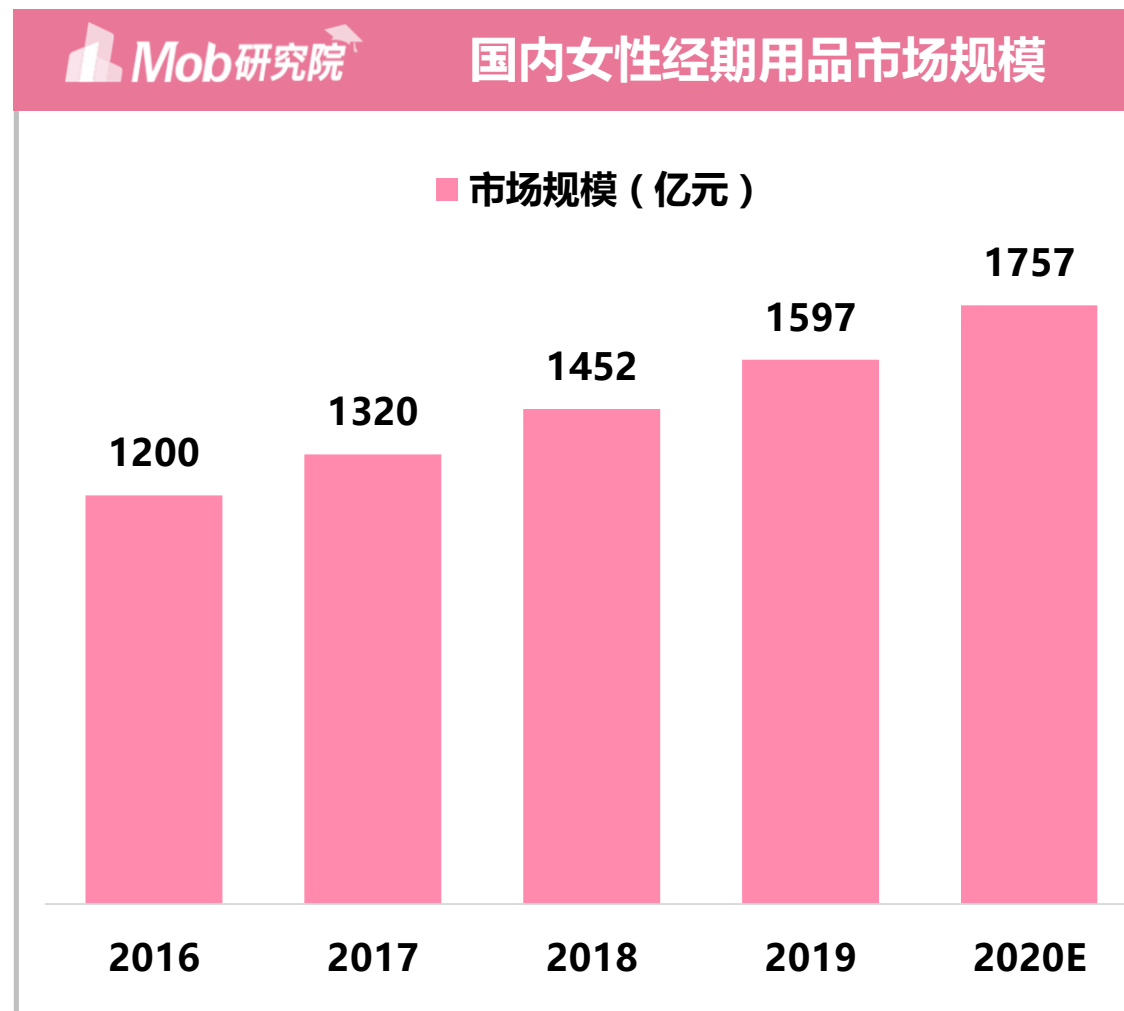
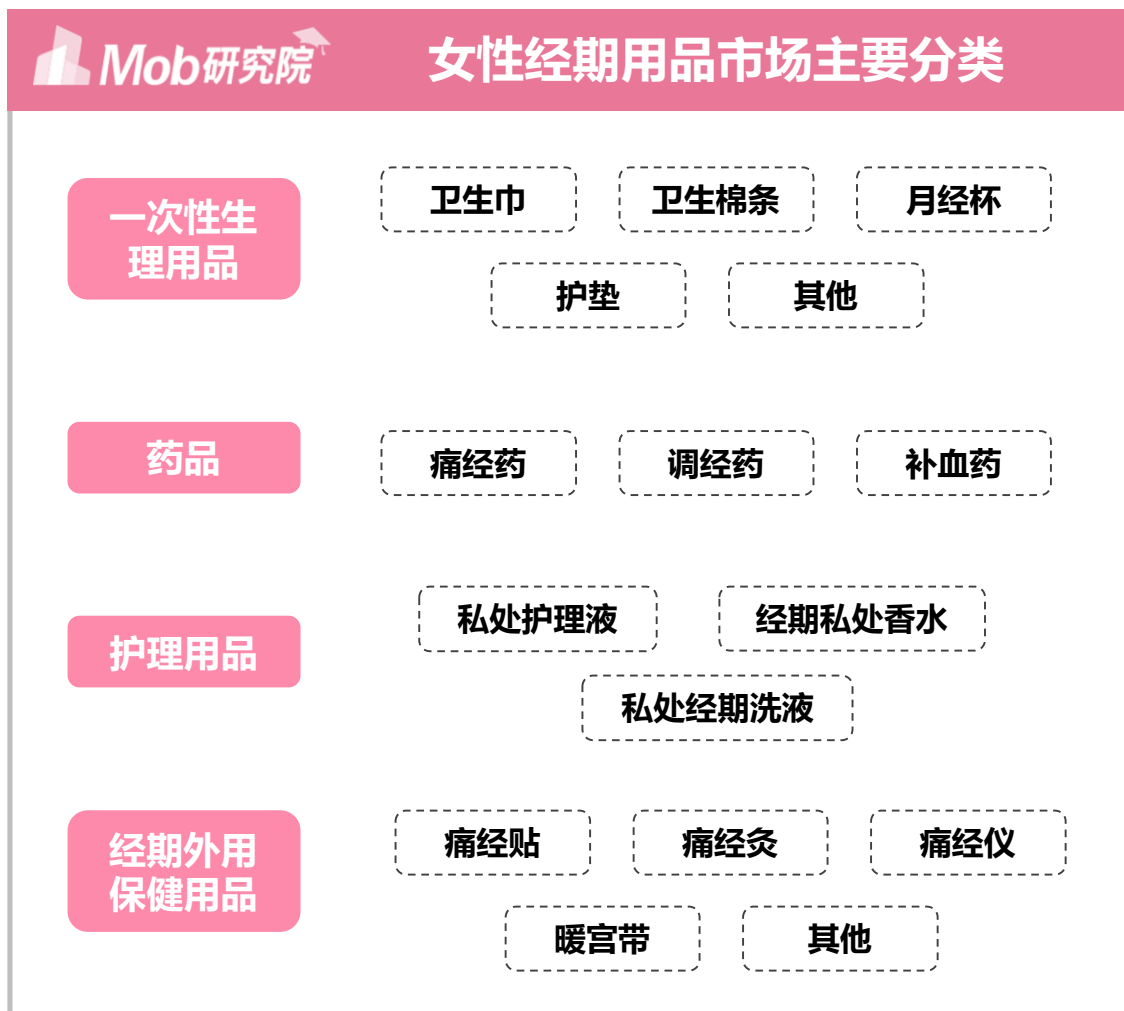
女性群体中，有痛经问题的女性占比从去年4月的24.2%降低为今年4月的22.6%，同比降低1.6个百分点

2019年4月 vs 2020年4月痛经用户占比情况



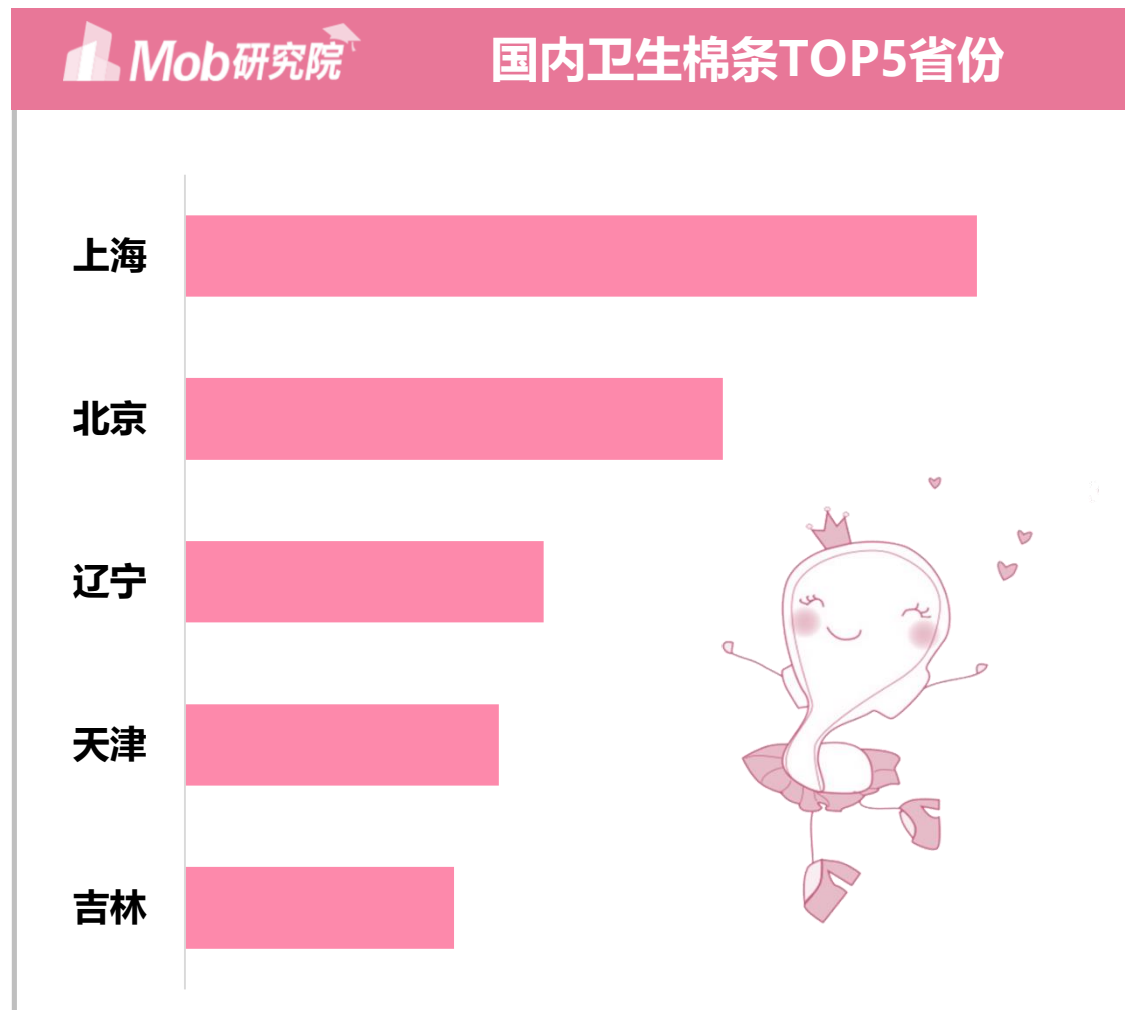
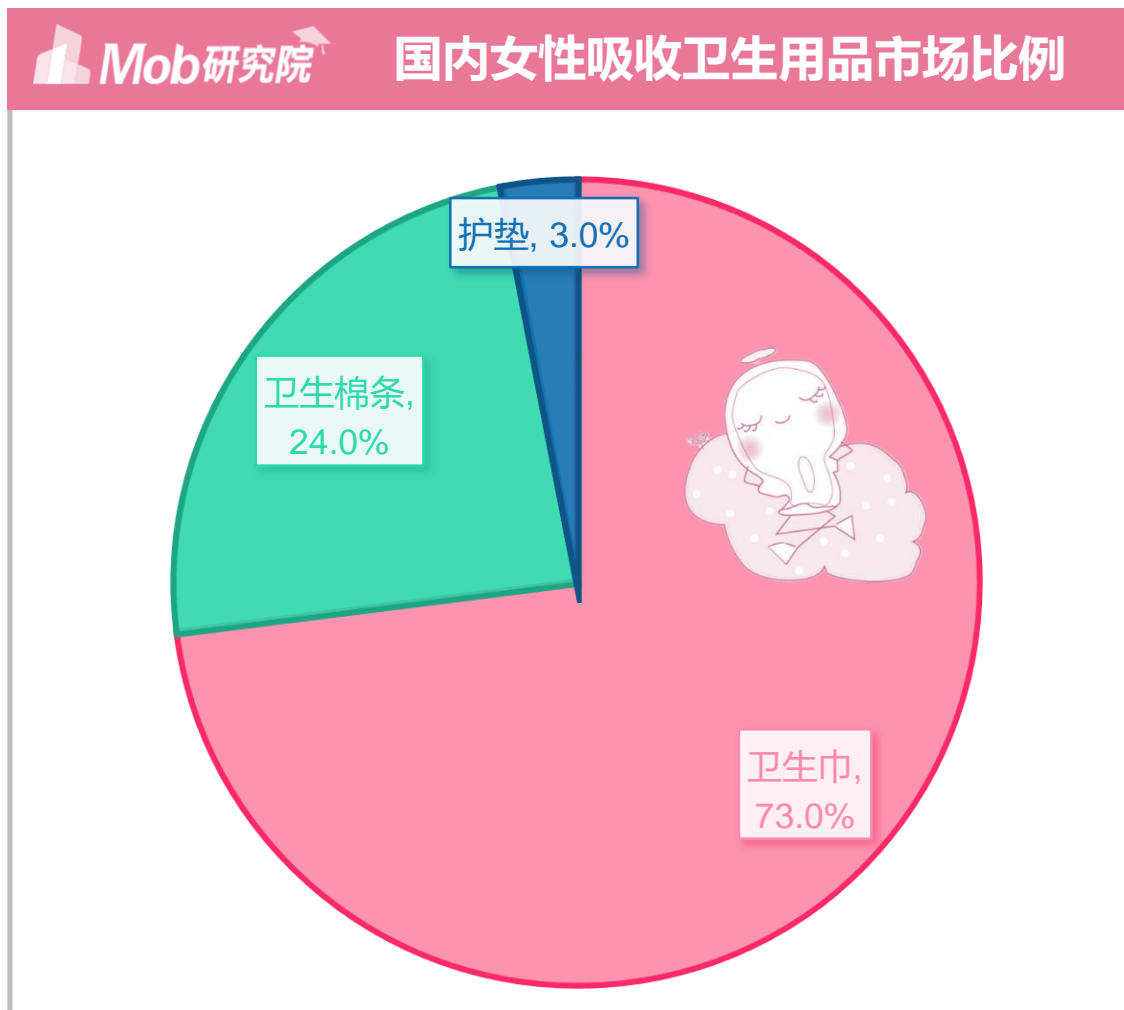
女性经期用品市场规模将达到1757亿

市场规模超1700亿，未来随着女性健康保养意识崛起，仍存在较大发展空间，目前市场上产品种类较多，主要分为一次性生理用品、经期药品、护理用品和外用保健用品



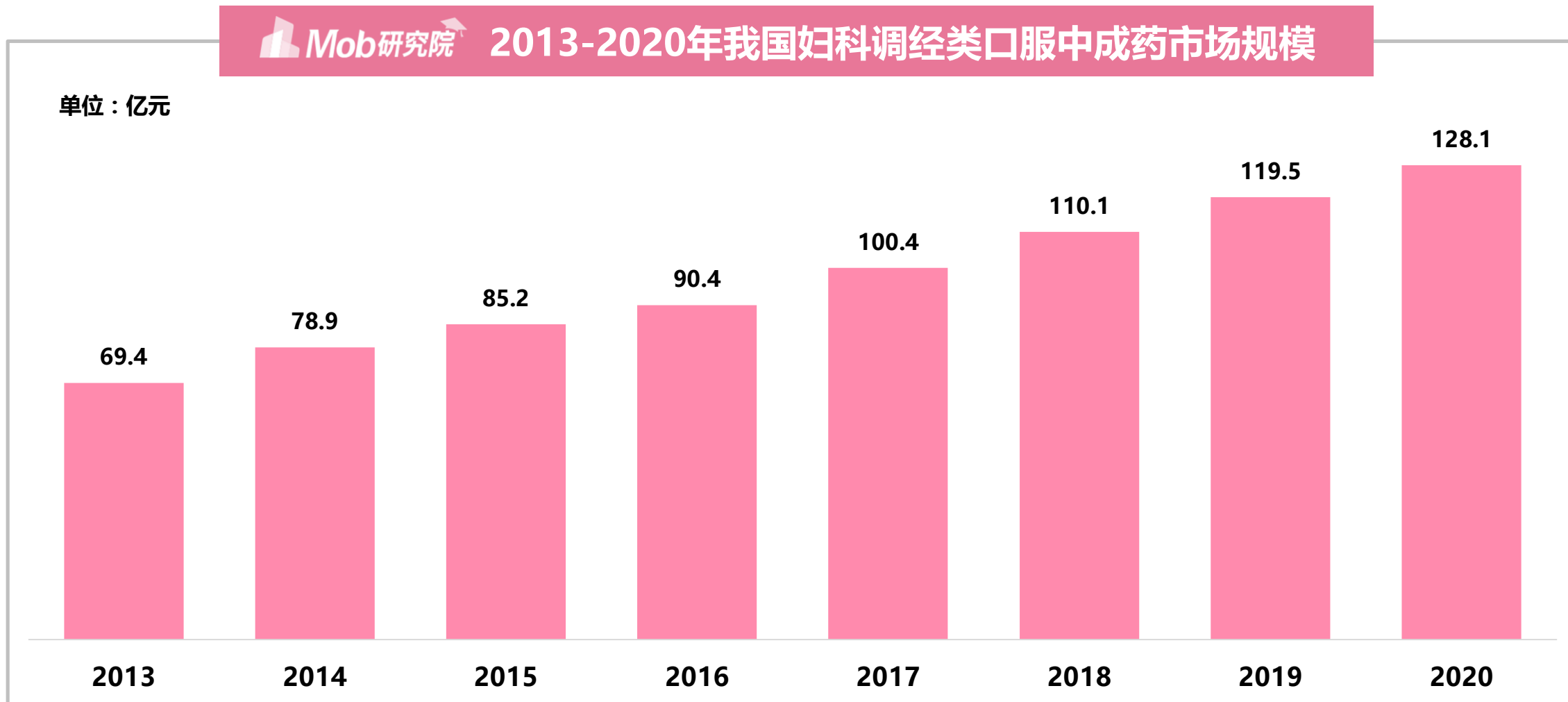
一次性生理用品中卫生巾制霸，卫生棉条受京沪女性认可

作为主流消耗品的卫生巾复购率最高，卫生棉条、护垫、私处洗液复购率上也有一定上升空间，其中在欧美世界常见的卫生棉条，当前在京沪地区更受认可



调经药市场份额节节高，其中中成药市场前景广阔

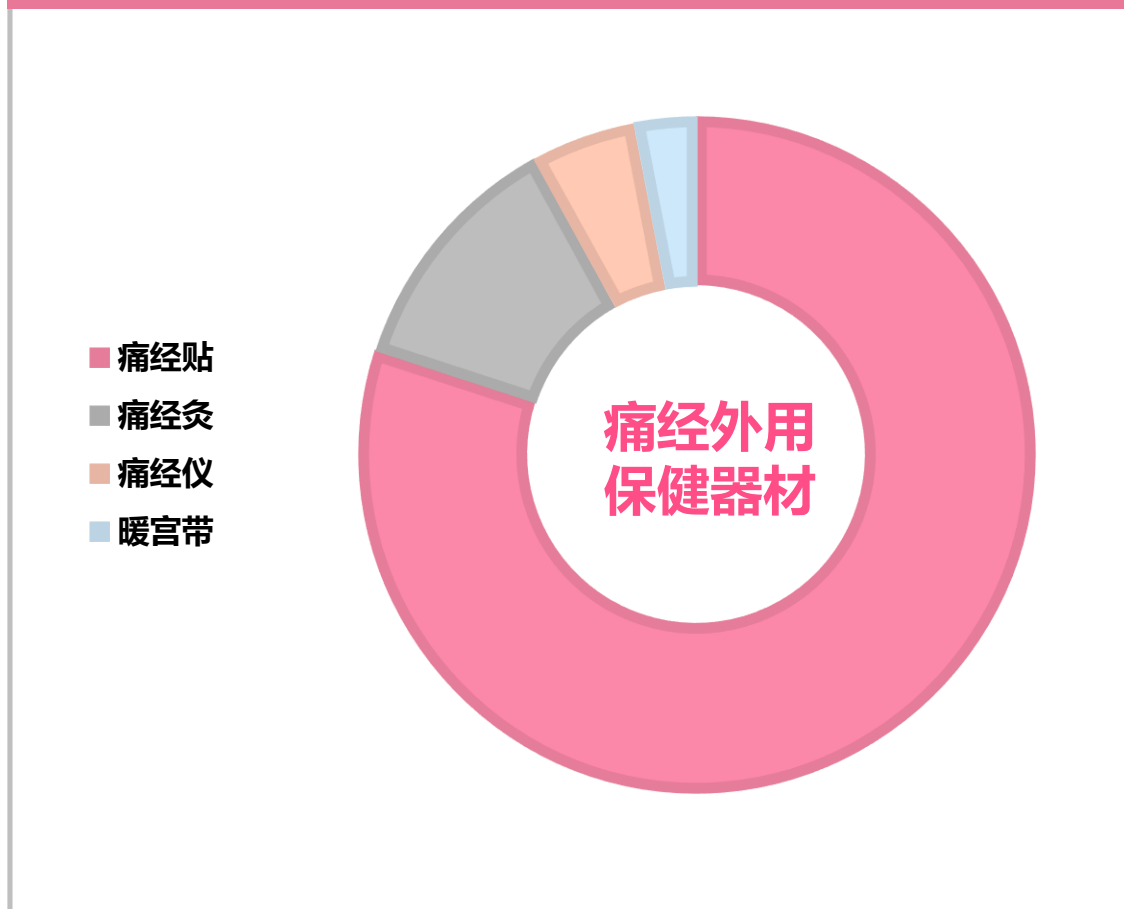
近年来我国妇科调经类口服中成药市场规模逐年扩大，妇科调经类口服中成药市场份额近年来节节攀升，2020年预计达到128亿元，未来市场规模将进一步成长



痛经不再隐忍，外用保健器材成为新选择

女性在痛经问题上不再单纯依赖止痛药和红糖水，缓解女性痛经问题的外用保健器材近年来流行起来，其中痛经贴市场份额最大

Mob研究院 女性线上购买经期外用保健器材份额

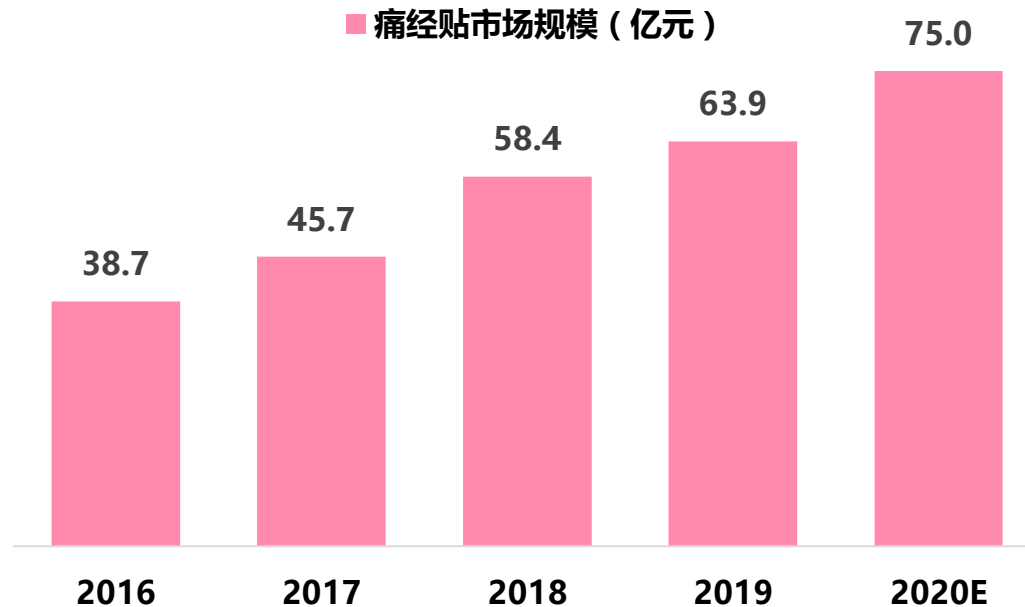


Mob研究院 2016-2020年痛经贴市场规模



痛经贴

痛经贴的主要作用是调经养血，行气止痛，能够驱寒暖宫，养颜强身。所以说月经痛经贴敷于下腹部，促进局部血液循环，能够缓解下腹部、腰骶部酸痛症状；



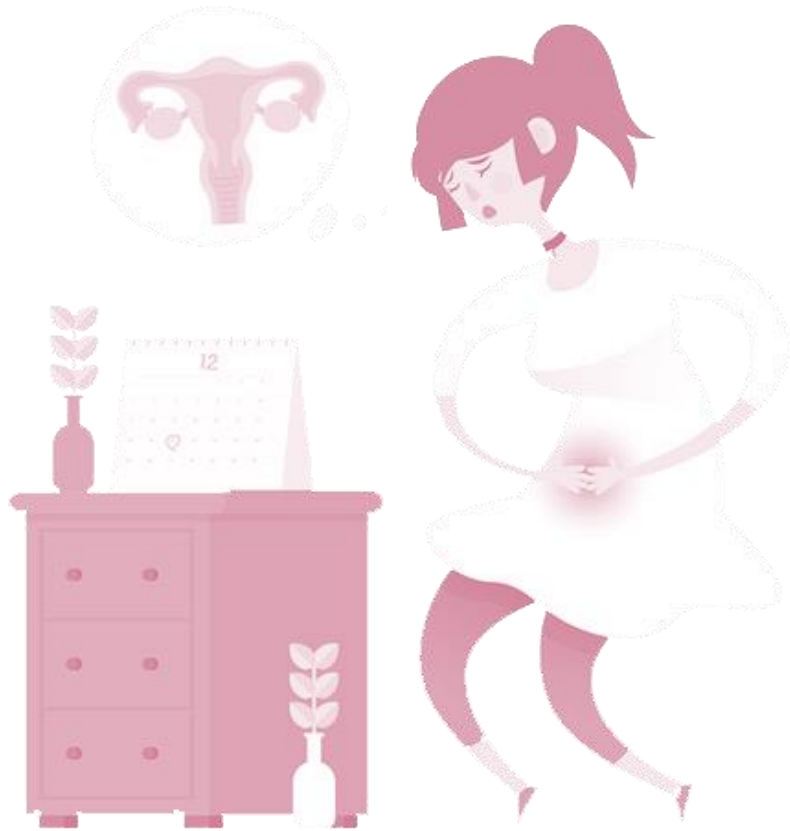
中国女性经期问题现状&消费市场情况

从大数据看中国女性经期健康现状

- **20.9%**：五分之一中国女性经期周期严重不正常情况，经期天数集中在5-7天；
- **80.2%**：90后经期天数较为稳定，5~7天用户占比超过80%；00后受部分初潮用户影响，经期天数变化较大，但经期天数在5~7天用户占比接近整体平均值
- **22.6%**：有痛经问题的女性占比从去年4月的24.2%降低为今年4月的22.6%，同比降低1.6个百分点；

经期市场情况

- **1757亿**：市场规模超1700亿，未来随着女性健康保养意识崛起，仍存在较大发展空间；
- **128.1亿**：妇科调经类口服中成药市场份额近年来节节攀升，2020年预计达到128亿元，未来市场规模将进一步成长





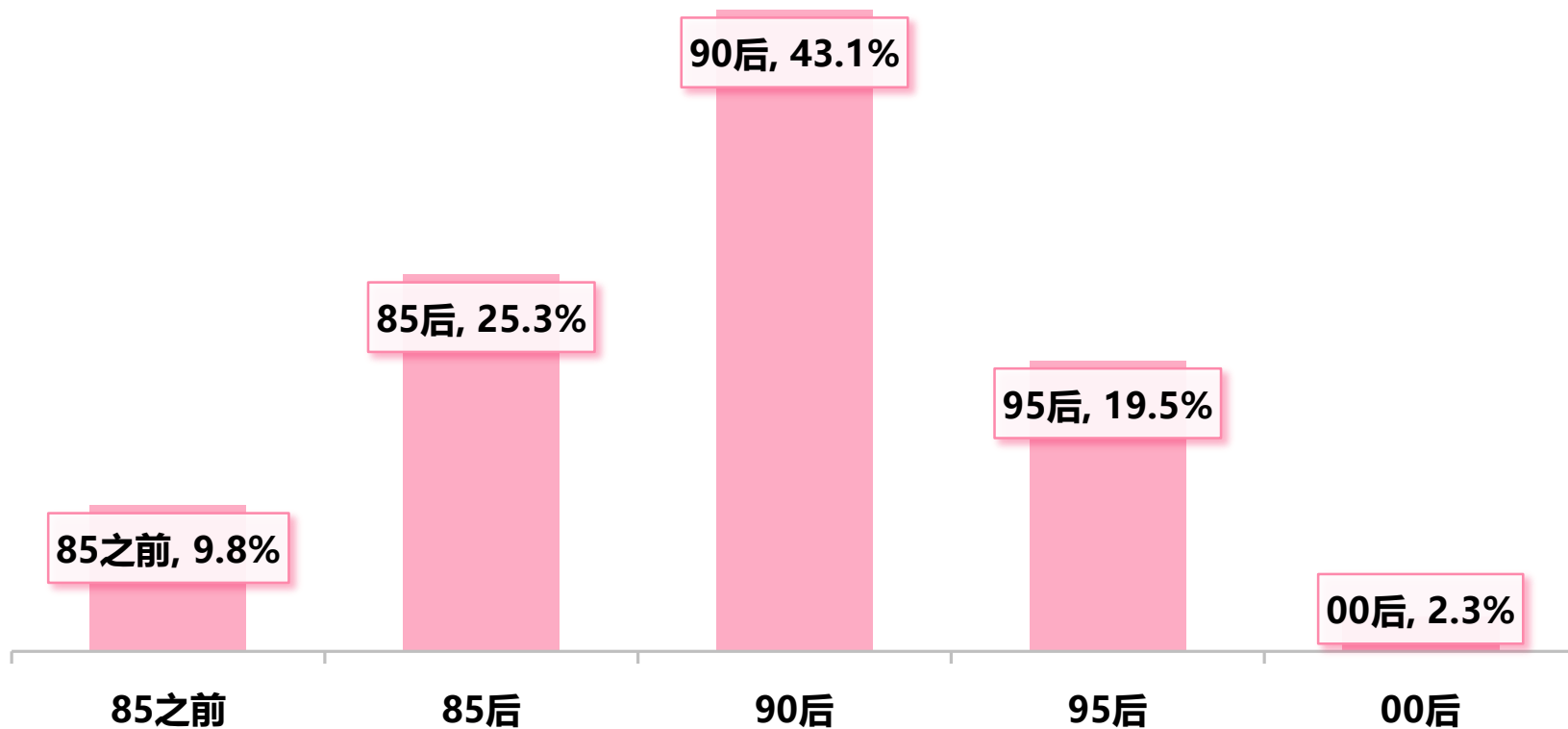
Part Three

2020年女性孕期情况与市场 分析

90后是备孕的主力军，占比超4成

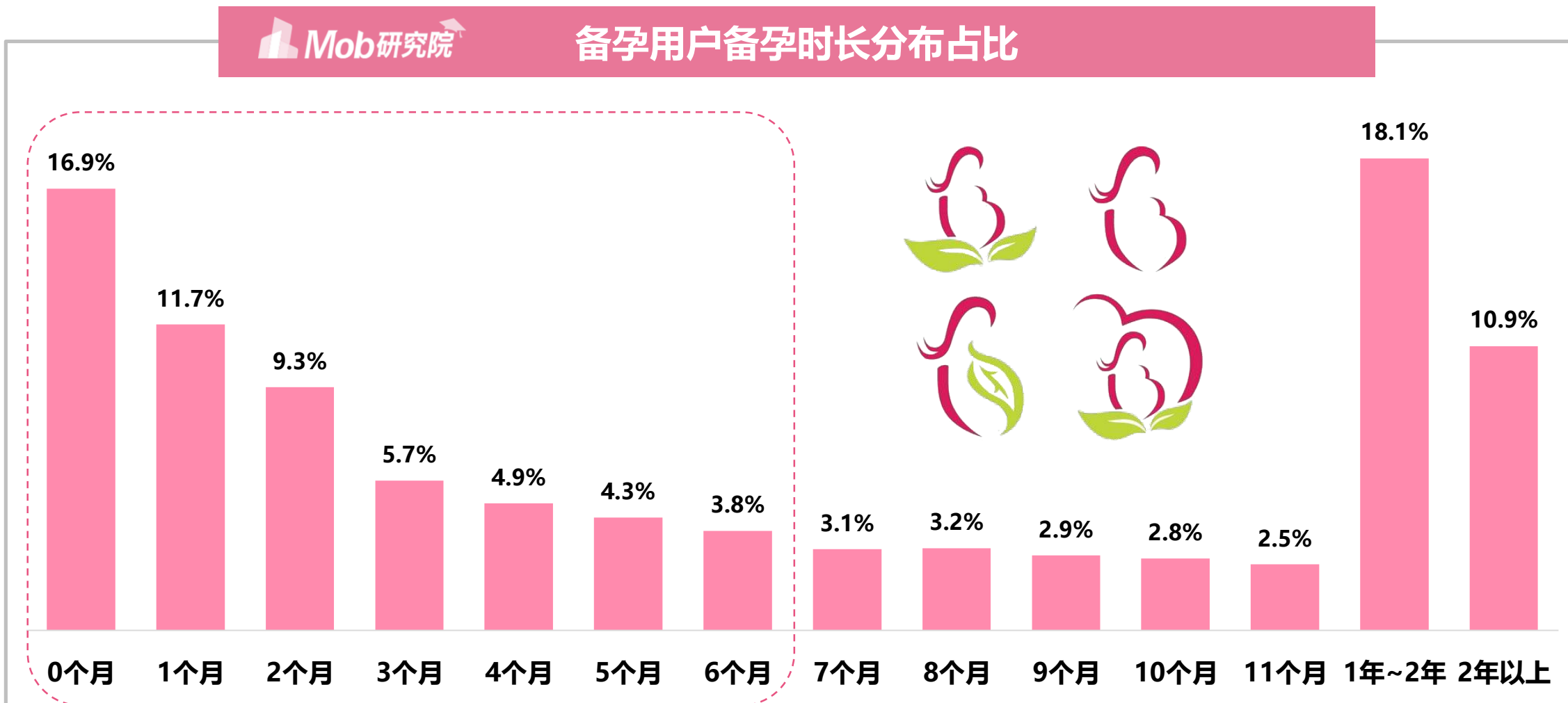
在备孕的女性群体中，85后、90后与95后占比接近9成，其中90后是主力军，占比43.1%

2020年备孕女性年龄段分布情况



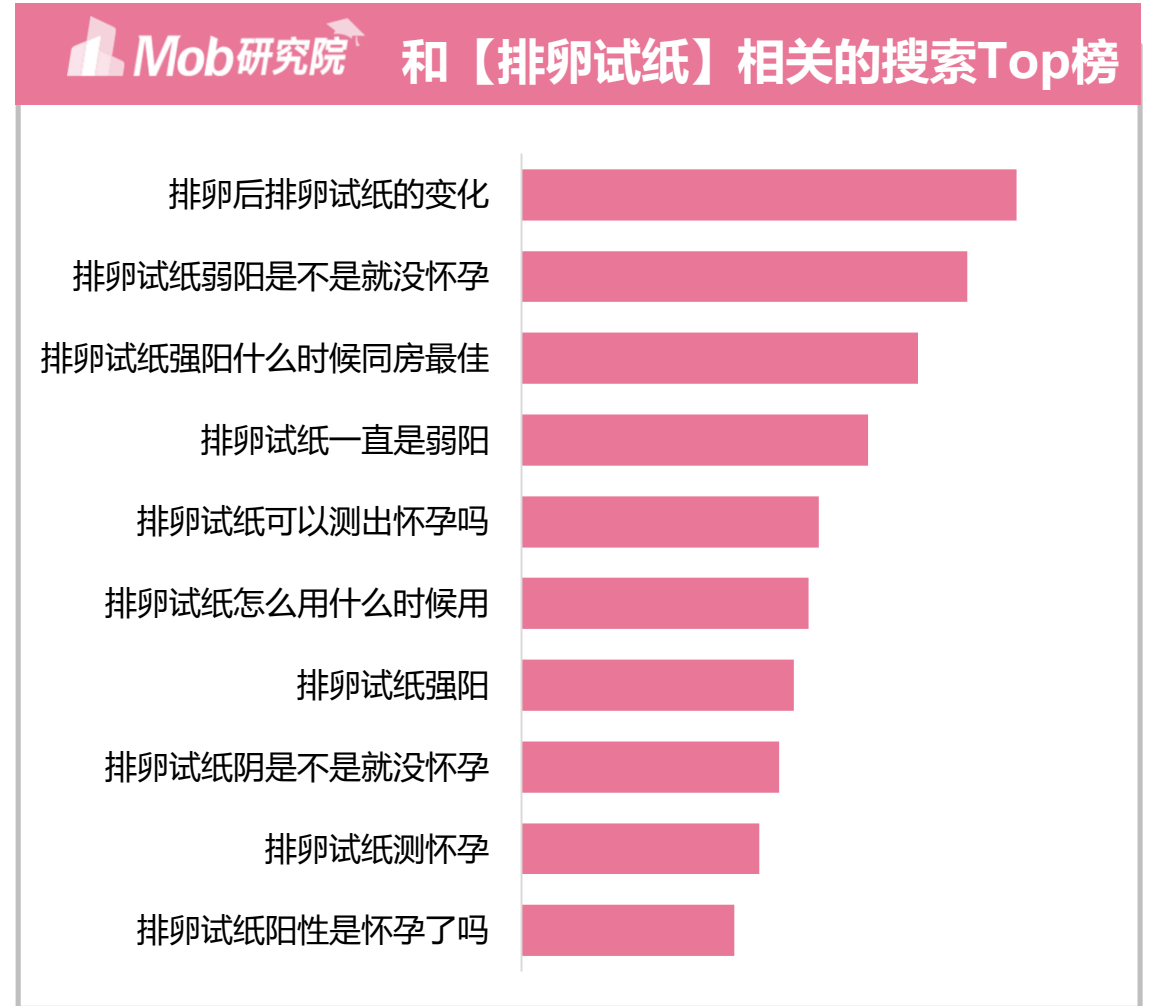
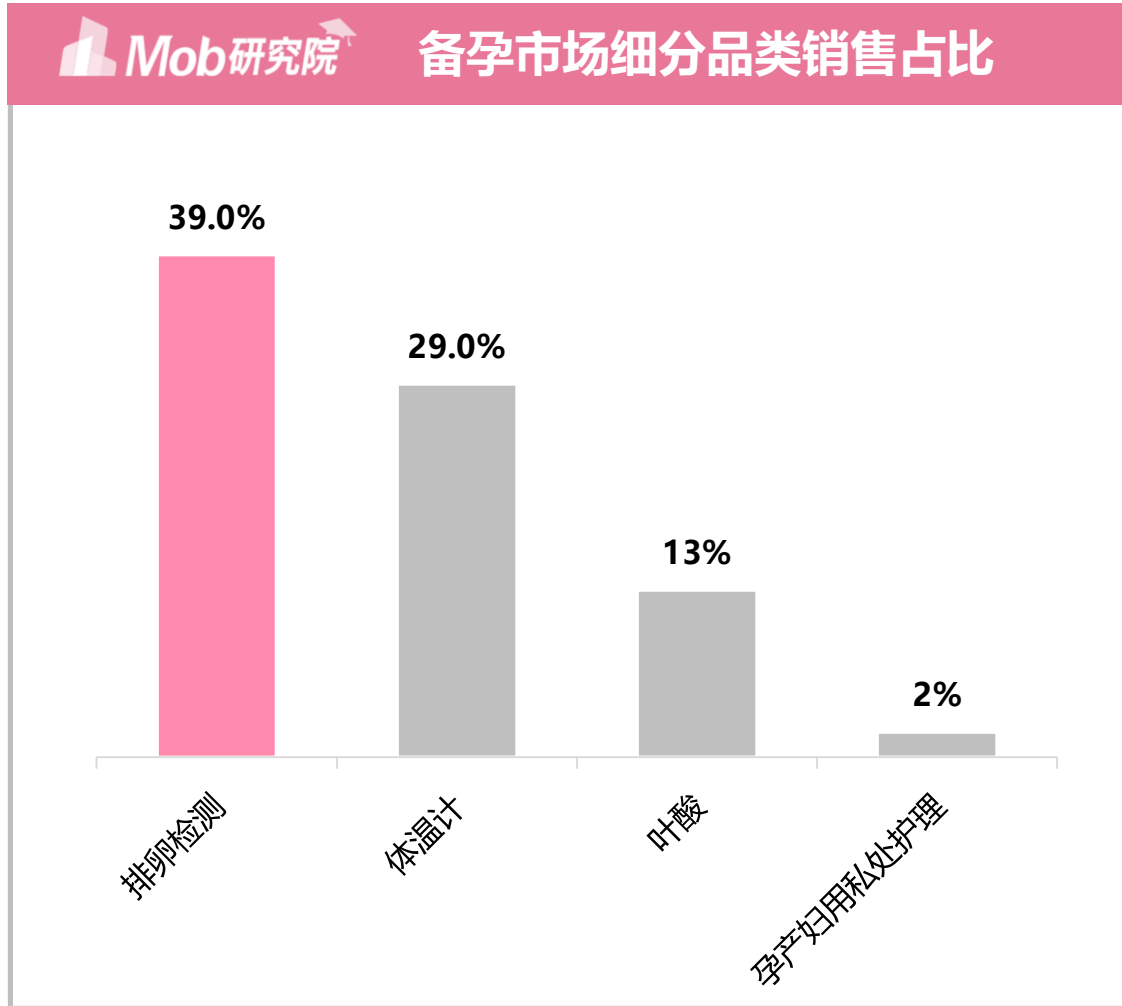
56.6%女性备孕半年后成功怀孕

超过40%的女性在3个月内成功怀孕，接近60%的女性在半年内成功怀孕



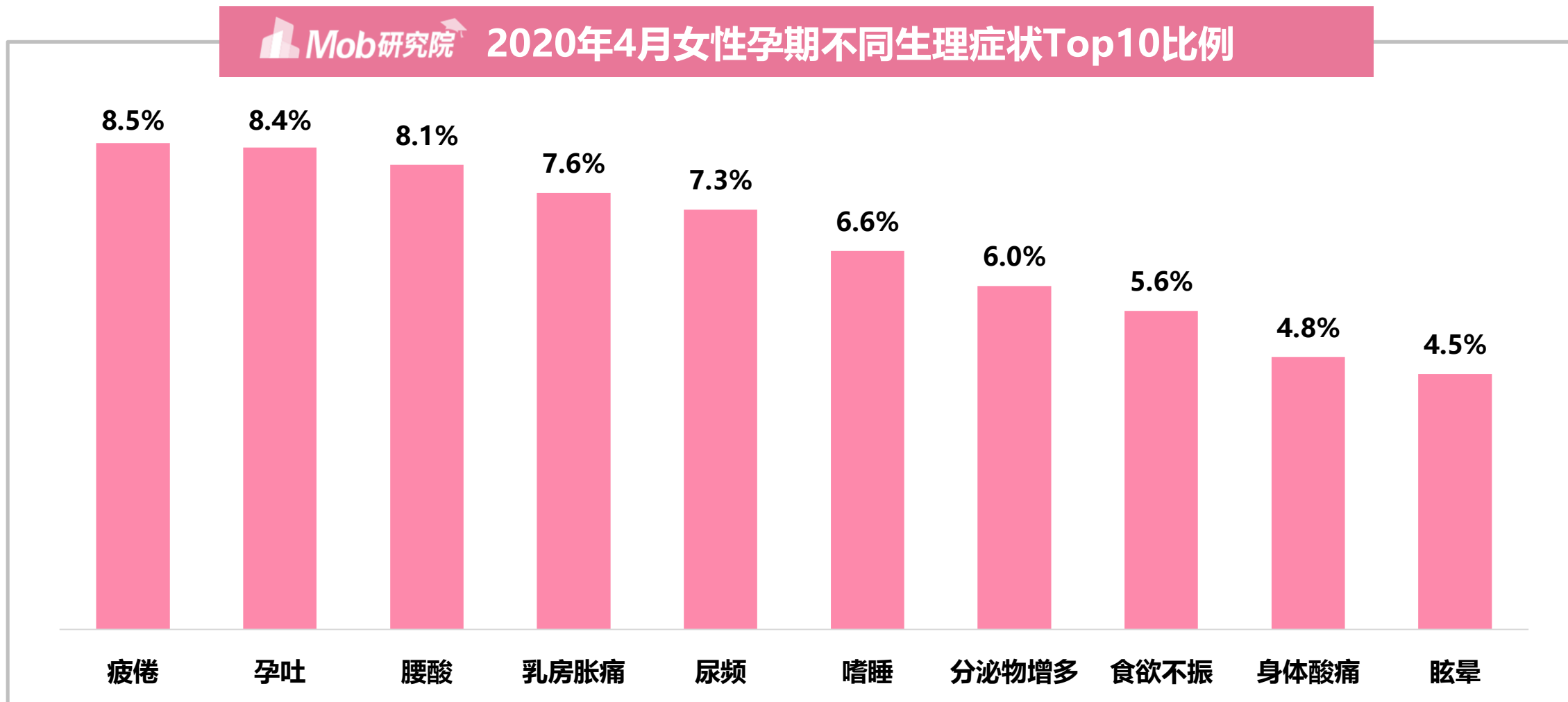
排卵检测是消费者最关心的备孕品类

随着二胎开放，中国女性备孕产品消费市场呈爆发式增长，其中排卵检测是消费者最关心产品，话题热度集中在检测试纸使用与效果层面



疲倦和孕吐是孕期主要生理症状

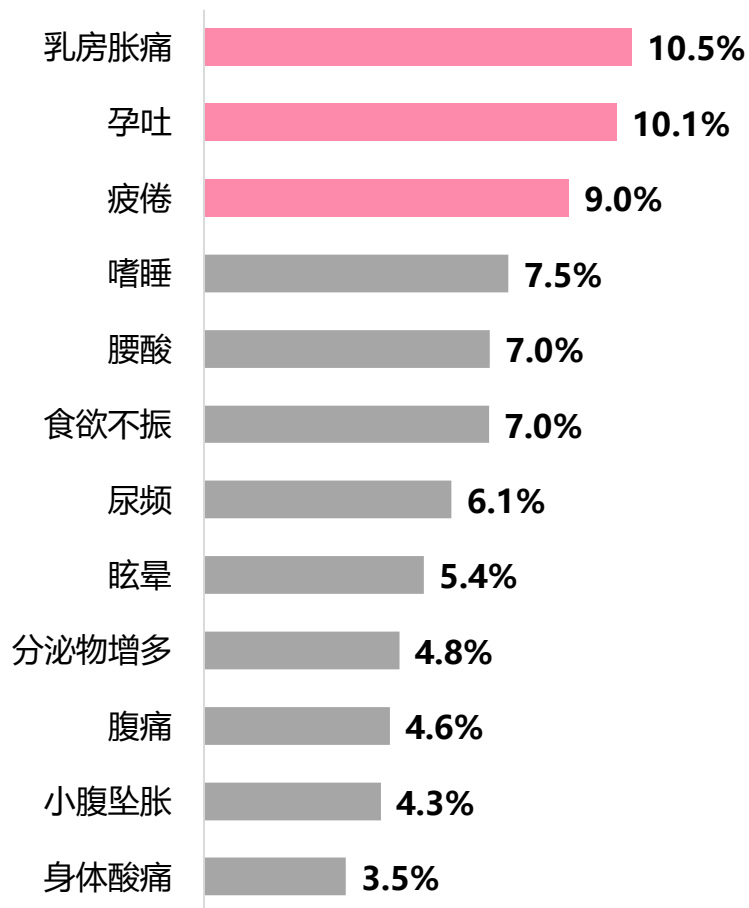
女性在孕期中最主要的生理症状表现在疲倦、孕吐、腰酸和乳房胀痛，与此同时尿频、嗜睡等也成为躲不开的烦恼



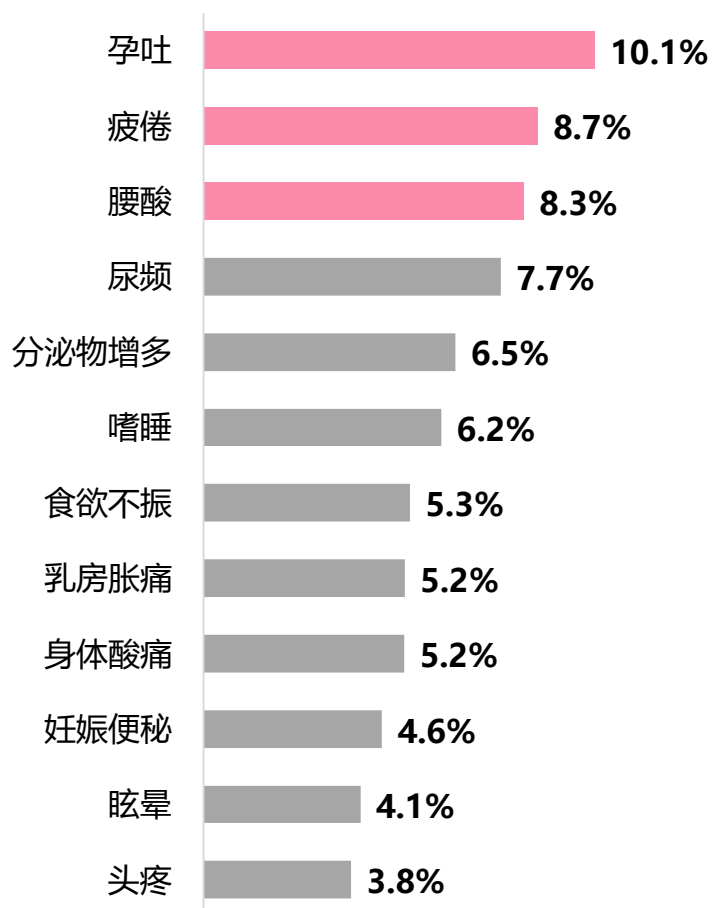
女性不同阶段孕期症状情况

女性在孕期不同阶段表现出不同的生理症状，孕早期和中期期间主要是孕吐、乳房胀痛等，到了孕晚期则出现了尿频、腰酸等症状

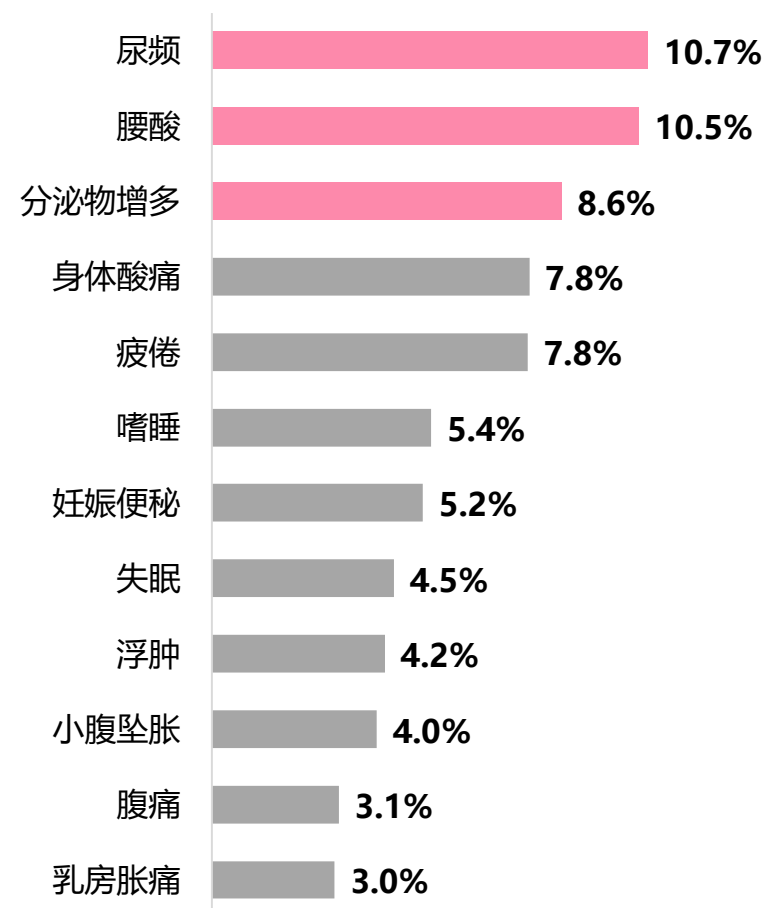
女性在孕早期主要生理症状比例



女性在孕中期主要生理症状比例



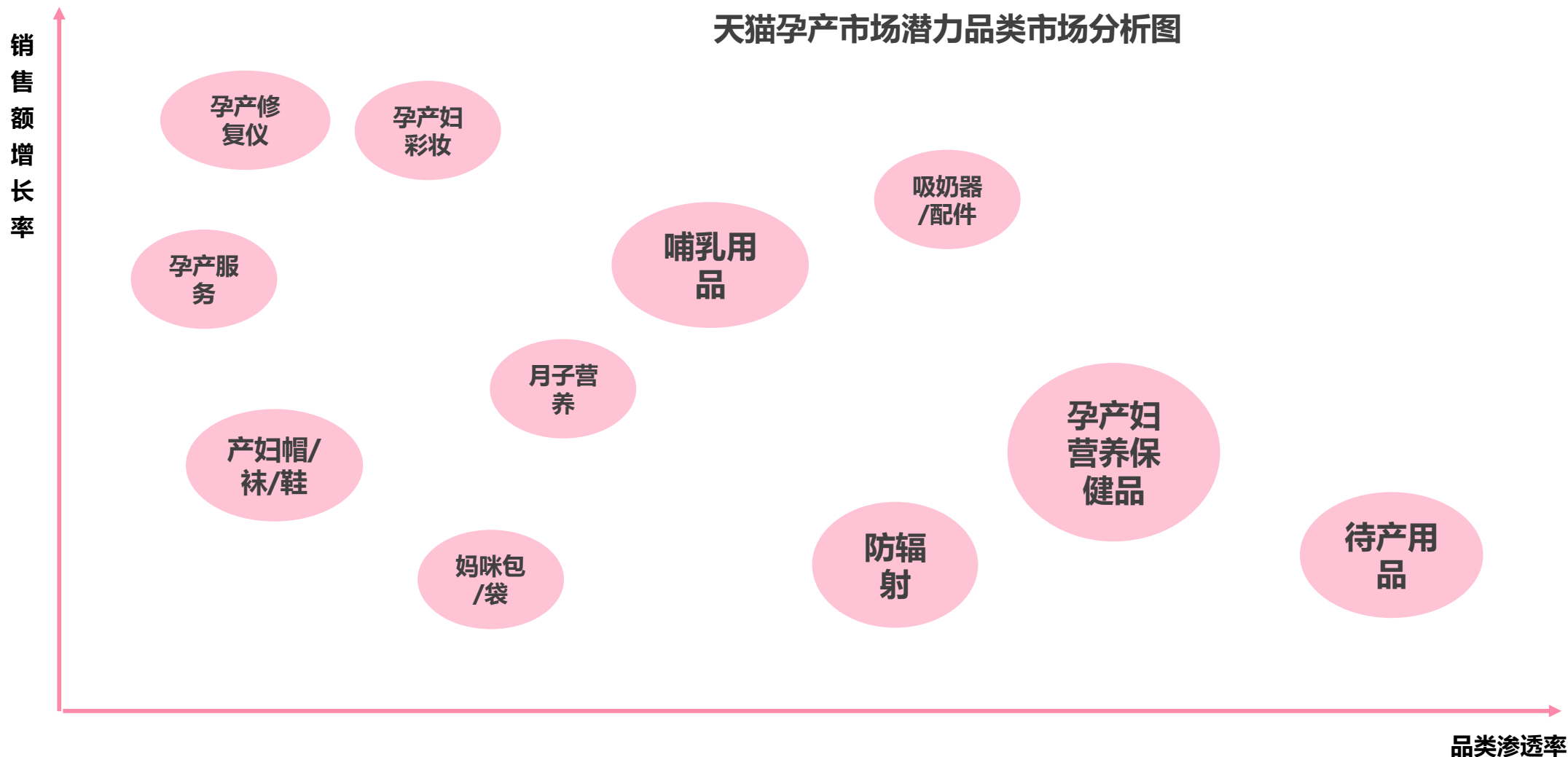
女性在孕晚期主要生理症状比例



孕产市场品类分布图

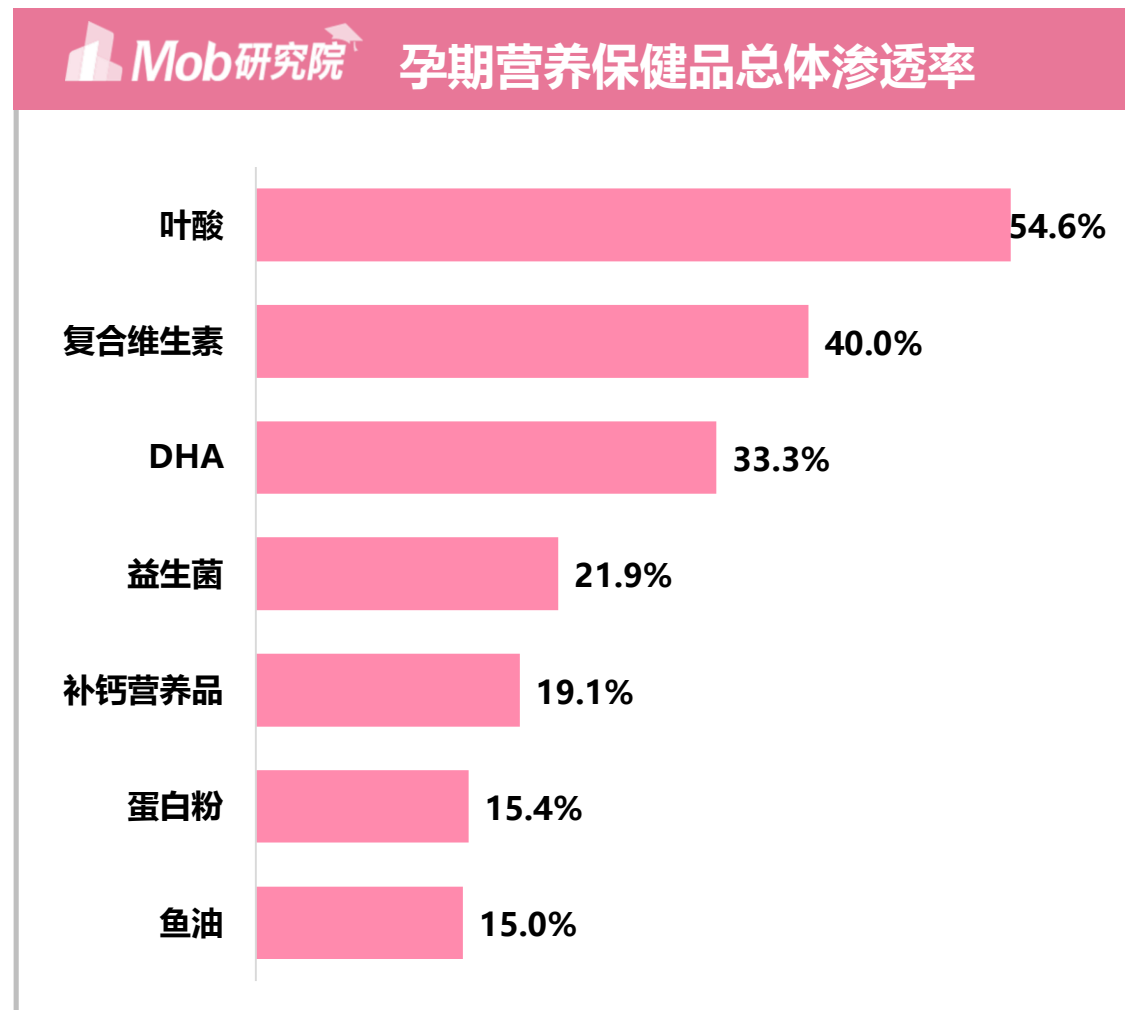
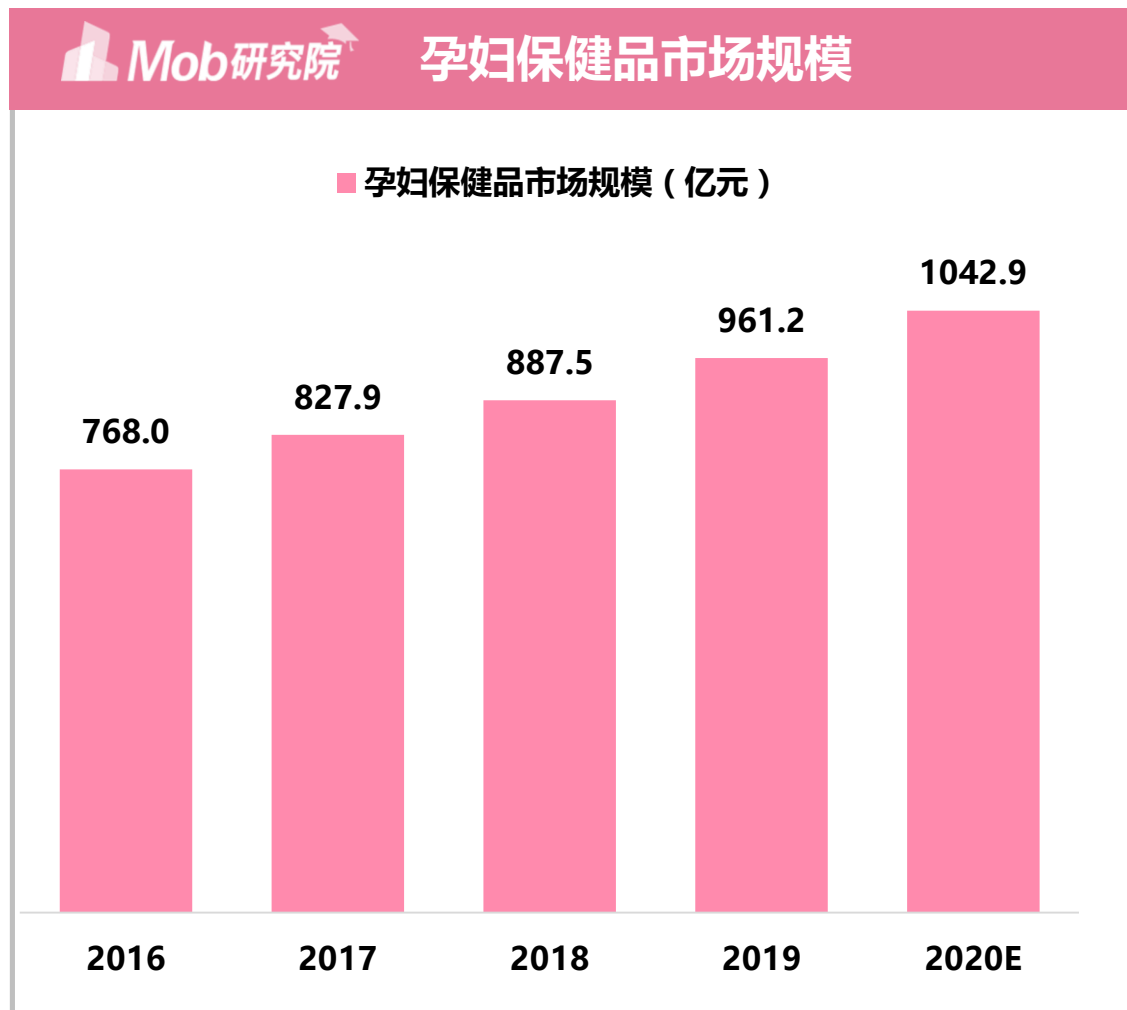
孕期服装、孕产妇营养品、待产用品等市场渗透率高，成为待产妈妈普遍接受的市场产品

天猫孕产市场潜力品类市场分析图



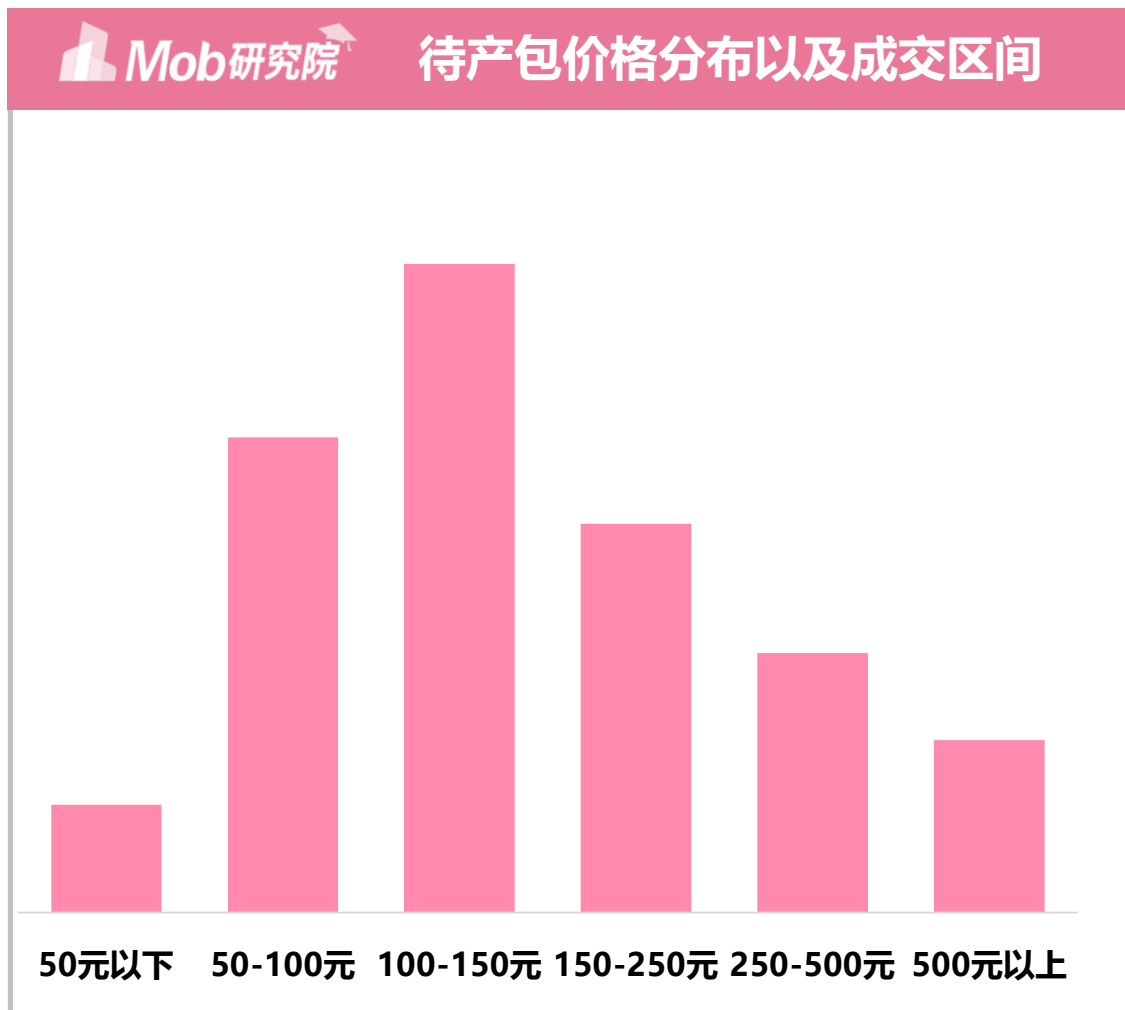
孕产妇保健品市场前景可期，规模破千亿

越来越多孕妇在孕期内会食用营养保健品，2020年市场规模将超千亿，从单品看，叶酸、复合维生素片、DHA是孕妇食用最多的孕产妇专用保健品



待产品类产品渗透率高

待产包市场渗透率较高，价格差别较大，100-150元占比最高，品牌上十月结晶、子初、哇爱受到喜爱



Mob研究院 待产包TOP 10 品牌

排名	品牌
1	十月结晶
2	子初
3	哇爱
4	开丽
5	全棉时代
6	三洋
7	安心虎妈
8	元曼
9	贝亲
10	惠斯顿爵士



Part four

2020年女性产后情况与市场 分析

生产后女性最关心什么？

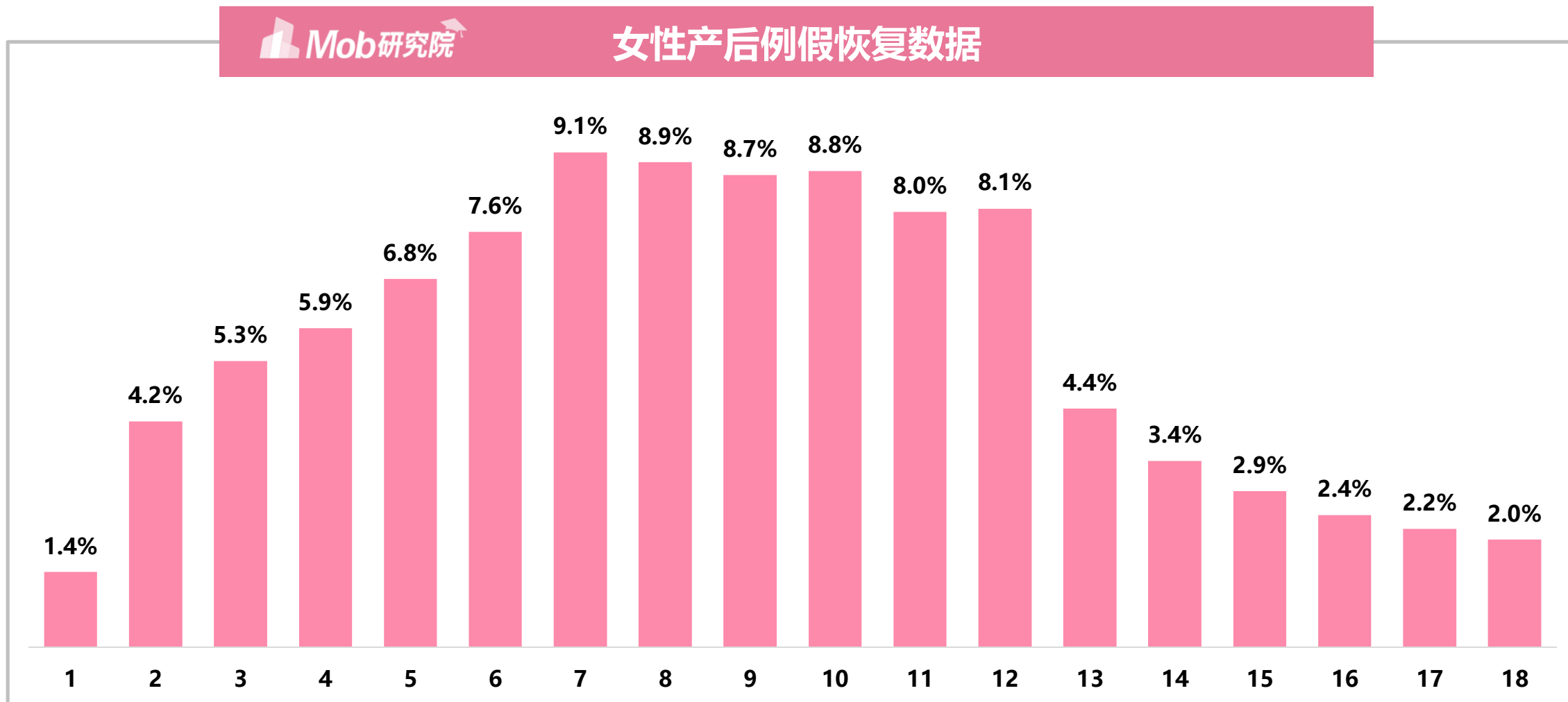
生产后的女性面临一系列健康与生活问题，其中产后多久来月经、产后修复、产后减肥、产后检查、两性话题等成为关注的事项

和【产后】相关的搜索Top榜



产后例假恢复—集中在产后6-12个月

新妈妈在产后恢复例假的时间有早有晚，早在宝宝满月后即来，晚的要到宝宝1岁后才恢复，女性恢复例假的日期普遍发生在在产后6-10个月



产后健康修复—生理与心理的双重修复

分娩之后女性生理和心理面临双重压力，生理层面需要进行身体各项机能矫正与修复，心理层面则面临产后有可能的心理抑郁问题

Mob研究院 和【产后康复】相关的搜索Top榜



Mob研究院 产后康复建议

■ 分娩之后女性身体健康问题：

- **产后形体变化**：例如胸部下垂、腰腹部赘肉堆积、臀部松弛变宽，除了体重和体型的改变，皮肤也受到程度不同的影响，例如妊娠纹、妊娠斑以及色素沉淀。

- **产后身体功能变化**：例如全身性肌肉松弛、关节不稳、产后腰痛、腹直肌分离、压力性尿失禁、便秘等。

■ 产后护理建议：

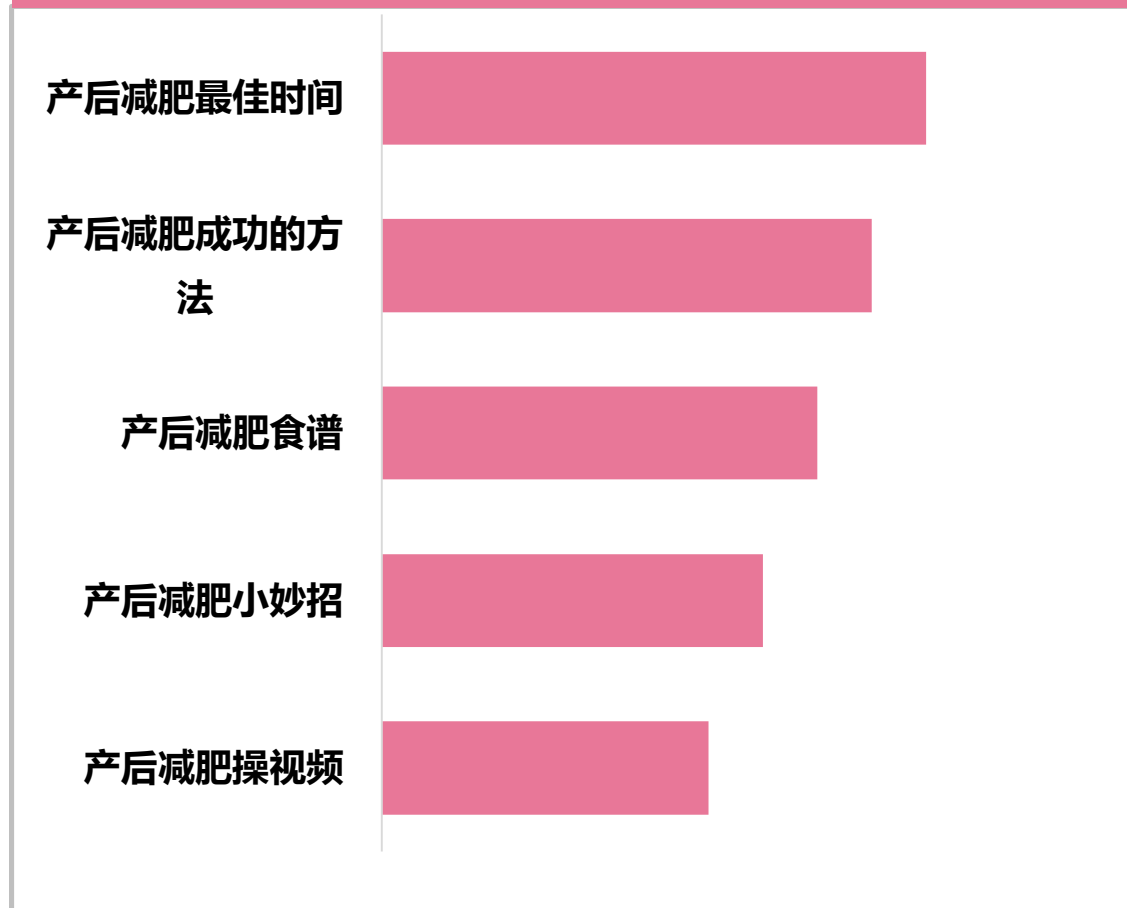
合理搭配饮食，放弃在孕期中养成的不良饮食习惯，如多用白水和蔬菜汤，代替高热量的汤水（猪蹄汤、母鸡汤等），减少摄入高油高脂的食物，合理规划三餐时间。

根据自己的身体情况，逐渐加入运动，尽早开始产后恢复，改善腹直肌分离、盆底肌松弛等等产后遗留问题。

产后体重恢复—关注减肥最佳时间

产后很多女性面对身材走样问题，产后减肥最佳时间、成功减肥方法、减肥食谱等成为热搜议题，其中产后减肥时间拔得头筹，最受关注

Mob研究院 和【产后减肥】相关的搜索Top榜



Mob研究院 产后减肥时间建议

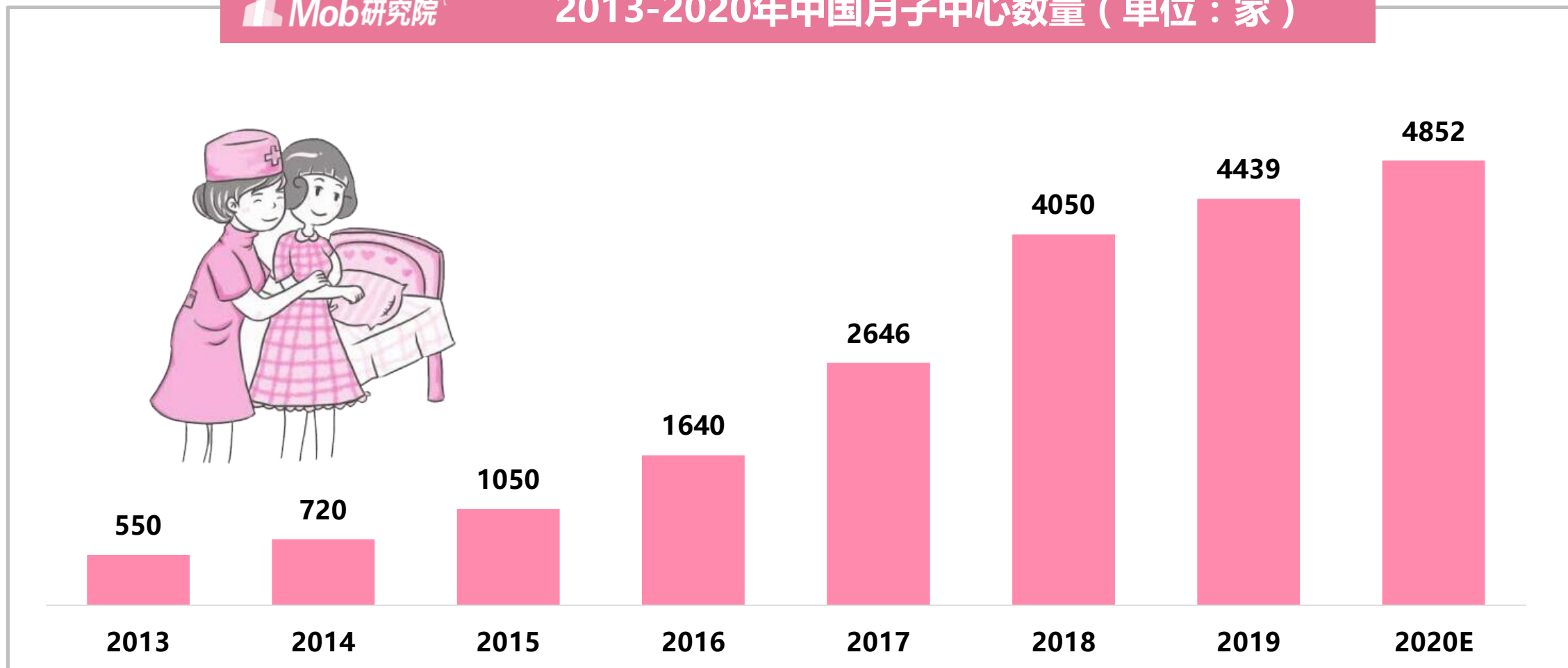
- **产后减脂黄金期**：生产方式不同，产后黄金恢复期也不同。
- **产后减脂运动原则**：受孕激素影响，产后肌肉韧带松弛，关节不稳，盲目运动会带来更多的损伤。建议接受专业产后恢复运动指导，有氧与抗阻相结合，进行针对腹部核心、骨盆带、脊椎等部位康复训练，逐渐增加运动强度。
- **顺产 / 顺产 + 侧切**：在产后42天复查，确认身体没有问题后，就可以加大训练强度。例如可以做呼吸训练（肋间呼吸或腹部呼吸）、盆底肌修复训练（凯格尔运动）、腹直肌修复训练（腹横肌激活）、耻骨联合修复训练（大腿夹球内收），每天进行10-15分钟左右，同时还可以在饭后休息30-40分钟的时间，出门散步约15-20分钟，心率控制在100-120左右，逐渐增加心肺功能的恢复。
- **剖宫产**：因为腹部有刀口，建议分娩后3个月经医生检查，确认没有问题可以开始系统瘦身计划。

月子中心：近10年来迅速崛起的市场

月子中心由于在产后调理、修复、母婴服务等方面提供一揽子服务，逐渐受到产后女性的推崇，数量近年来急速攀升，未来市场空间较大

Mob研究院

2013-2020年中国月子中心数量（单位：家）



月子中心：提供服务逐渐多元，北上广深分布最密集

对于月子中心，女性更加关注“月嫂”、“月子餐”、“产后恢复”、“护理”等与服务相关的层面，其中一线城市分布最多

中国主要城市月子中心分布比例TOP4



产妇基本护理
饮食起居、调配产妇营养、衣物洗涤等

产妇专业护理
传授母乳喂养的方法及婴儿喂哺常识、做好产妇的健康护理及产期常见病的预防、指导产妇做产妇产操

婴儿基本护理
喂养、洗澡、换洗尿布、洗婴儿衣服、拆洗被褥

婴儿专业护理
新生儿测体温、大小便观察、脐带处理等

月子中心



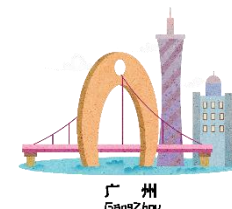
上海：15.6%



北京：13.3%



深圳：4.7%

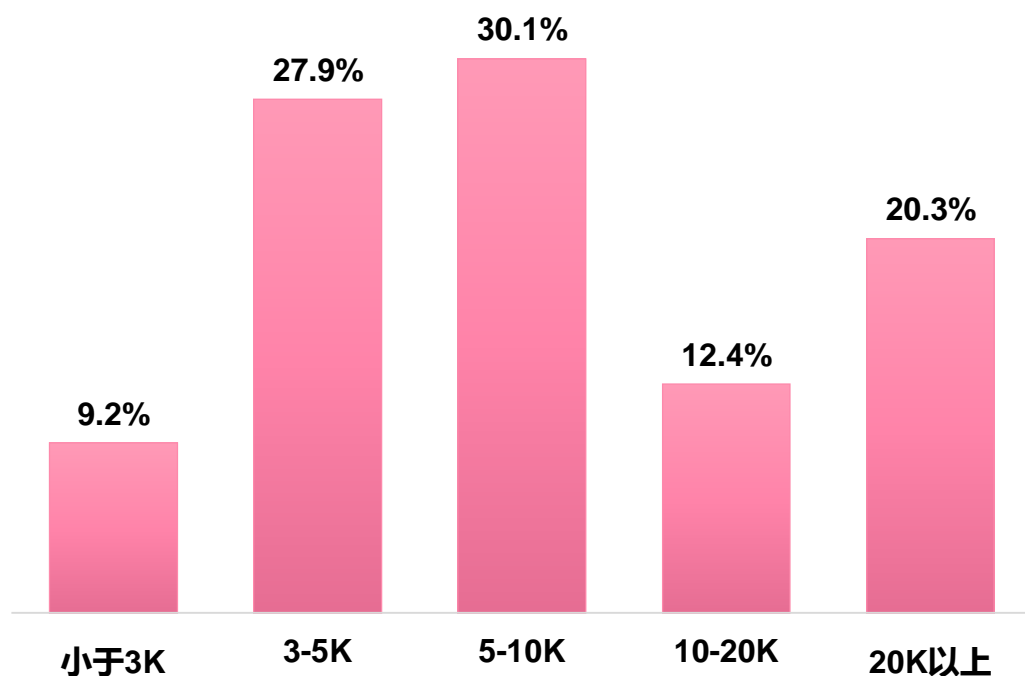


广州：4.6%

月子中心：中产阶级的最爱，运营模式多样

随着中产阶级的崛起，中高端月子中心普及程度和市场渗透率将逐渐上升，运营模式上主要分为酒店服务式、独栋建筑园区式、医院附属式以及社区家庭式

用户收入水平分布（月收入）



月子中心运营模式



酒店服务式

通过购买或租赁酒店改造成月子中心，该模式较为普遍，软硬件设备较为齐全



独栋建筑园区式

选址于幽静园区，使顾客免于外界打扰，确保产妇和新生儿的安全、私密和舒适，该模式在市场上较为普遍



医院附属式

离门诊较近，多半由专业营养师调配饮食，有相关状况可随时找到妇产科或小儿科处理



社区家庭式

一类是由专业医护人员出来创业，另一类是月嫂转型，不同类型软硬件、专业度以及价格差别较大

中国女性产后健康问题现状&消费市场情况

中国女性产后健康与市场现状



- **产后女性关注健康问题**：产后例假恢复、产后减肥、产后检查、两性话题等成为关注的事项
- **产后例假恢复**：恢复时间集中在产后6-12个月
- **产后健康恢复**：产后骨盆矫正、妊娠纹祛除等是女性面临的身体方面问题，心理层面则面临产后有可能的心理抑郁问题
- **产后体重恢复**：产后减肥最佳时间、成功减肥方法、减肥食谱等成为热搜议题，其中产后减肥时间拔得头筹，最受关注
- **月子中心**：在近10年来迅速崛起，规模型月子中心数量接近5000家，女性更加关注“月嫂”、“月子餐”、“产后恢复”、“护理”等与服务相关的层面



Part five

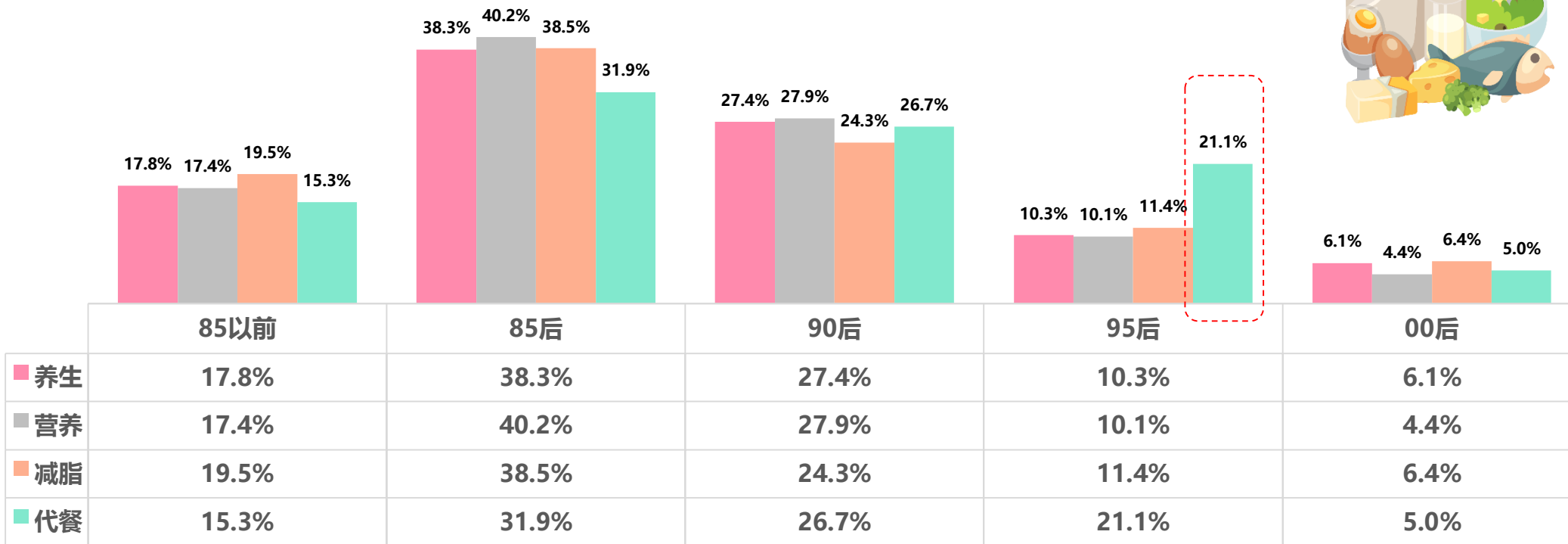
2020年女性健康偏好分析

健康方式不断探索，饮食健康成85后女性主要诉求

新健康方式不断探索，饮食健康受到女性关注，养生、营养、减脂、代餐成为主要诉求，其中85后是主力，年轻世代需求逐渐递减，相较之下95后更看重代餐

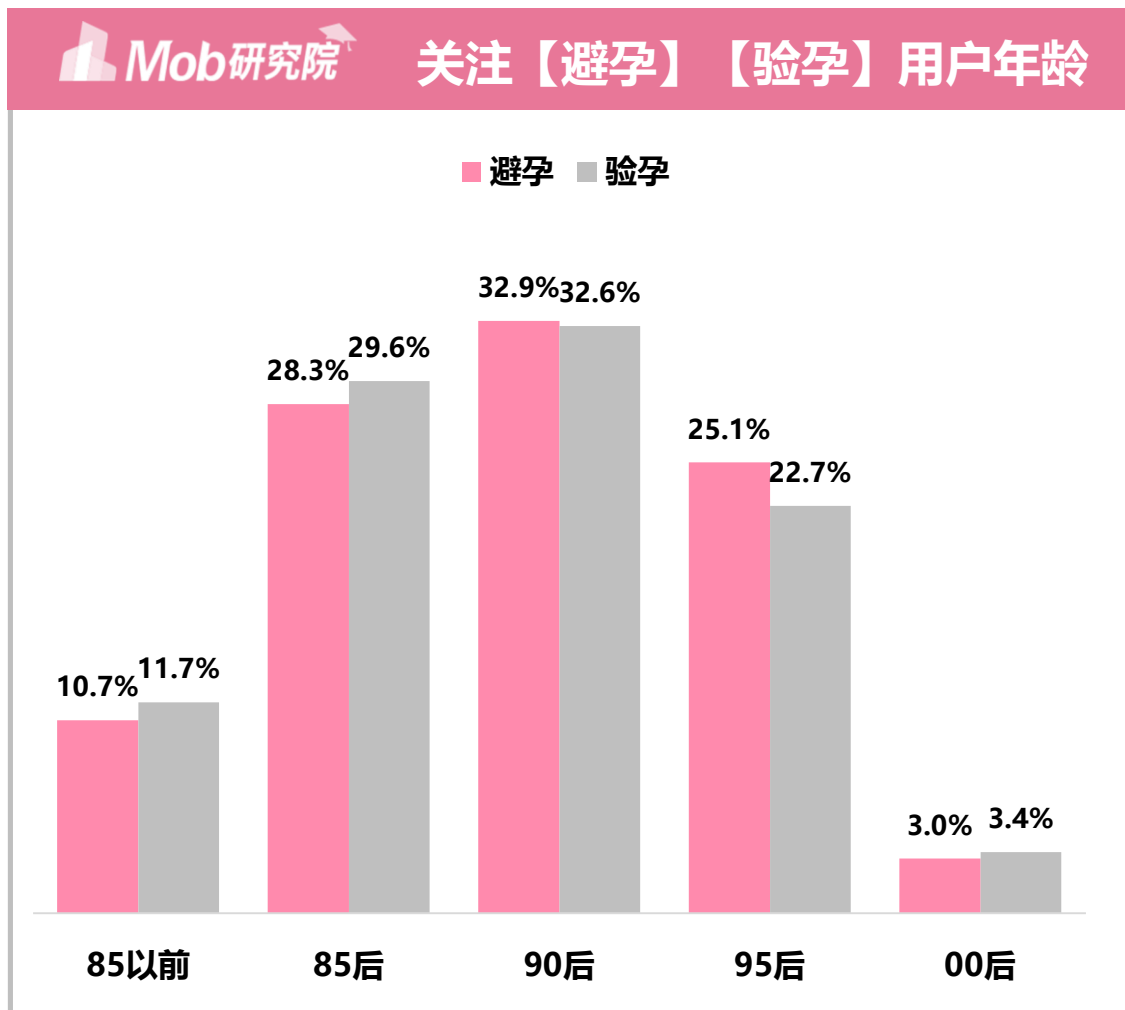
Mob研究院 关注【养生】【营养】【减脂】【代餐】用户年龄分布占比

■ 养生 ■ 营养 ■ 减脂 ■ 代餐



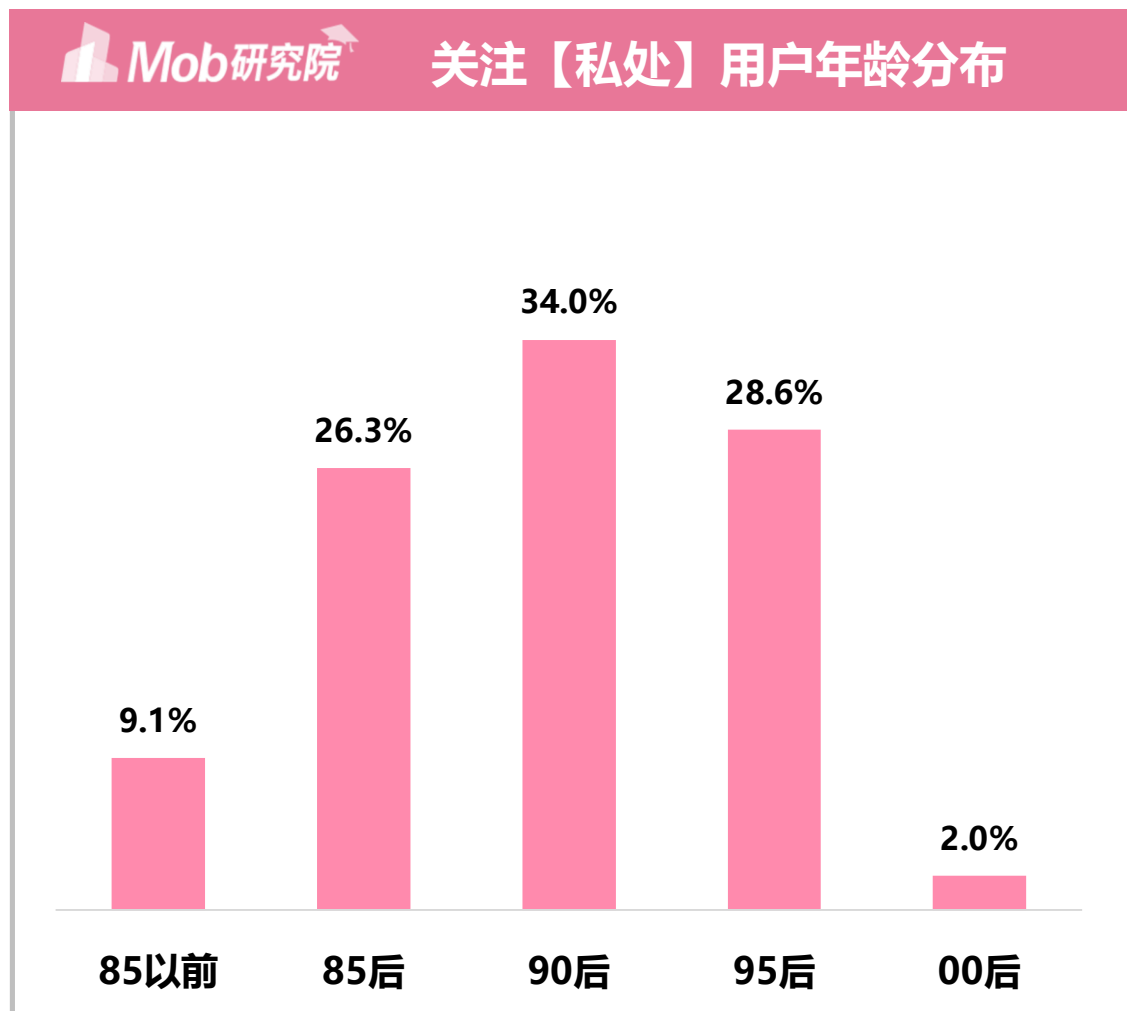
避孕意识增强，90后更注重科学避孕与验孕

90后由于正值生育适龄阶段，更关注避孕与验孕话题，其中避孕方法与避孕方式话题热度最高



私处护理受到重视，保养问题引发年轻女性关注

90后、95后对私处护理越来越重视，对生理生殖健康的关心正在持续上升，年轻女性在搜索关键词上变得更加专业、细分和精确，其中私处护理与保养受到持续关注

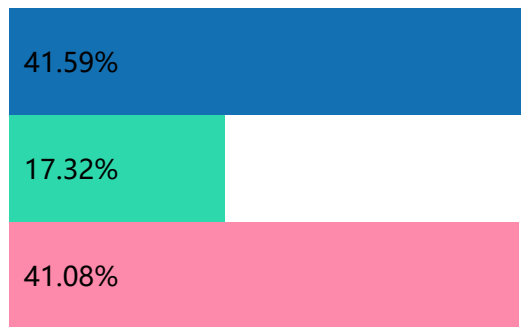


私处问题护理关注较多，日常护理观念和知识有待增强

年轻女性对私处护理的意识有所增强，但是很多女性仍然在出现问题的时候才想到进行护理，私处的日常护理观念和专业知识还需要进一步增强和普及

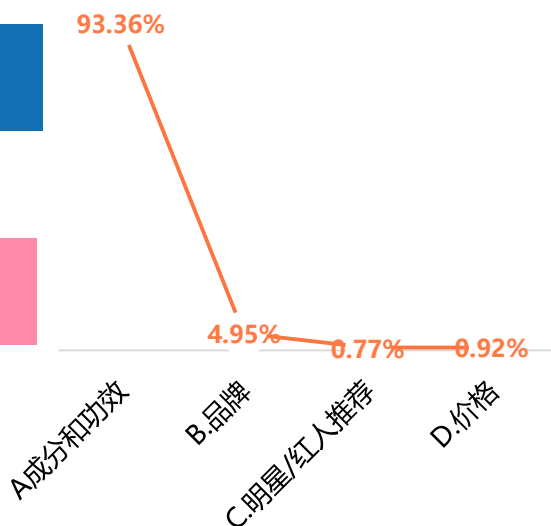
私处护理用品关注什么

您会处于什么原因考虑使用私护洗液？



- 日常护理
- 经期/孕期等特殊时间段
- 出现瘙痒/异味等炎症问题时

您选择使用一款私护洗液的第一要素是什么？



私处护理建议

日常清洁手法：

推荐流水清洁私处，从前向后冲洗。如果清洗的时候使用盆和毛巾，则要做到专人专用、每次消毒，避免交叉感染；

日常清洁误区：

在使用清洁剂时一般会有两个误区，一是用香皂和沐浴露，二是单纯只用清水。香皂和沐浴露容易造成酸碱失衡；仅用清水清洁力度不够；

如何正确清护：

- 1、有炎症要选择“药”字号“消”字号洗剂，或者由妇科医生来对症开药
- 2、日常清洁护理选“妆”字号护理液。护理液要选择弱酸性，PH值接近3.8-4.5范围区间，成分中可含有天然乳酸、维生素B5，有利于改善菌群、滋润保护粘膜，加速表皮细胞的修护再生；不必追求香味和多泡，添加太多香精的护理液会引发过敏或炎症，可选择含有蒲公英、鱼腥草等具有抑菌、清热成分的植物配方洗液做日常护理。

报告说明

1.数据来源

本报告数据基于市场公开信息，美柚数据，MobTech自有监测数据，以及MobTech研究模型估算等来源。

2.数据周期及指标说明

报告整体时间段：2019.01-2020.04

具体数据指标请参考各页标注

3.版权声明

本报告为Mob研究院制作，报告中所有的文字、图片、表格均受有关商标和著作权的法律保护，部分文字和数据采集于公开信息，所有权为原作者所有。没有经过本公司新媒体许可，任何组织和个人不得以任何形式复制或传递。任何未经授权使用本报告的相关商业行为都将违反《中华人民共和国著作权法》和其他法律法规以及有关国际公约的规定。

4.免责条款

本报告中行业数据及市场预测主要为分析师采用桌面研究、行业访谈及其他研究方法，并且结合MobTech监测产品数据，通过统计预测模型估算获得，仅供参考。受研究方法和数据获取资源的限制，本报告只提供给用户作为市场参考资料，本公司对该报告的数据和观点不承担法律责任。任何机构或个人援引或基于上述数据信息所采取的任何行动所造成的法律后果均与MobTech无关，由此引发的相关争议或法律责任皆由行为人承担。

联合发布

排名不分前后



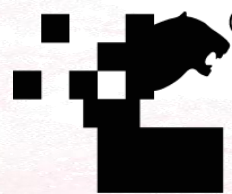
美柚



MobTech 表博

旭辉领寓

在我的领域做自己



虎嘯獎
TIGER ROAR



柯丽诗



纯女性互联网头部平台

2020
遇见更美的你



全球领先的第三方全景数据服务平台

研究报告合作
赵先生
zhaozhch@yoozoo.com

