商业养老金产品“沪养保”上线

投保对象为年满18周岁上海市民,缴费门槛仅100元

据文汇报 上海城市特色商业养老金产品“沪养保”近日上线,聚焦市民养老财富储备需求,坚持养老属性、长期属性导向,由国寿养老、人保养老、太平养老、国民养老4家符合条件的商业养老金业务试点机构参与,为市民提供养老金融服务。

“沪养保”的投保对象为年满18周岁的上海市民,无需参加社保,无投保年龄限制,缴费门槛仅100元。产品形态为3年期限保本型产品,即每笔交费资金在保本周期期满日发生本金亏损,养老保险公司将予以弥补,若赚取收益则本金与收益作为下个保本周期的初始本金,滚动保本。

突出养老属性,满足养老资金长期储备需求

近年来,上海陆续推出“沪惠保”、“沪家保”、养老服务信托创新试点等,形成“政府指导、商业运作、惠民利民”的运营范式。

市委金融办副主任陶昌盛表示,历经一年多研发,此次上线的“沪养保”不只是新增一款商业养老金产品,更是上海推进国际金融中心建设,做好养老金融大文章的创新实践。

与市场常见金融产品相比,“沪养保”立足商业养老金产品特点,通过期限保本、锁定账户、收益平滑、身故责任等设置,提升产品长期持有体验,突出养老资金长期积累和长期管理功能,引导消费者树立长期养老规划理念。

中国人寿养老保险股份有限公司副总裁张志禔介绍,该产品围绕积累期和领取期设置三方面特色功能。一是实行优惠让利费率,实现费率减负、收益增厚。产品执行相对优惠的管理费率,低于市场在售产品20至30个基点,费率优惠直接体现在对客产品收益中。

二是首创小额身故保障,实现一份投入、双重保障。对60岁以下市民提供小额身故保障功能,未满60周岁身故客户的遗属可额外获赔产品权益5%的身故保险金,赔付上限为5万元。

三是新增分期领取功能,实现按需支取、保障持续。对60岁及以上客户提供按月/年分期领取和单笔领取,市民可结合自身财富需求,将日常闲置资金继续投资,收益不落空。

广覆盖、低门槛、便利性,聚焦三类重点群体

作为一项具有地方特色的养老金融产品,“沪养保”在开发上充分考虑上海老龄化进程和市民结构特征。

作为全国人口老龄化程度最高的城市之一,2025年末,上海户籍60岁及以上老年人口占比达37.6%。市民收入水平较高,金融知识储备相对丰富,养老诉求不仅局限于退休后日常生活开支,更加注重增厚养老储备、获取相对宽裕稳定现金流的品质型养老,需要有特色的养老金融产品,承接市民迭代升级的备老诉求。另一方面,随着新产业、新业态、灵活就业人群以及新市民群体持续壮大,其养老保障基础相对薄弱,也需要门槛低、灵活度高的养老金融产品,承接新兴群体多元的备老诉求。

为此,“沪养保”坚持广覆盖、低门槛、便利性的设计原则,面向全体符合商业养老金参与条件的市民开放参保,聚焦三类重点群体。

第一类,在职参保职工。面向已参与基本养老保险、职业年金或企业年金的在职人群,包括机关事业单位、国企及民营企业各类从业群体。该类人群已有基础养老保障,“沪养保”可作为个人养老储备的“第二蓄水池”,提升晚年养老品质。

第二类,灵活就业群体。这部分群体收入波动较大,多数未建立企业年金,退休收入主要依靠基本养老保险。“沪养保”交费起点低,可自主控制交费节奏,适配灵活就业群体的收入特点。产品保本属性牢守本金安全底线,符合灵活就业群体相对保守的风险偏好。

第三类,多元资产配置需求的在沪市民。广大中青年市民可以通过产品周期性滚动和长期复利的优势,在风险保底的基础上追求长期价值增长。临近退休及已退休市民也可盘活个人存量闲置资金,转化为有收益、可领取的养老金资产配置。

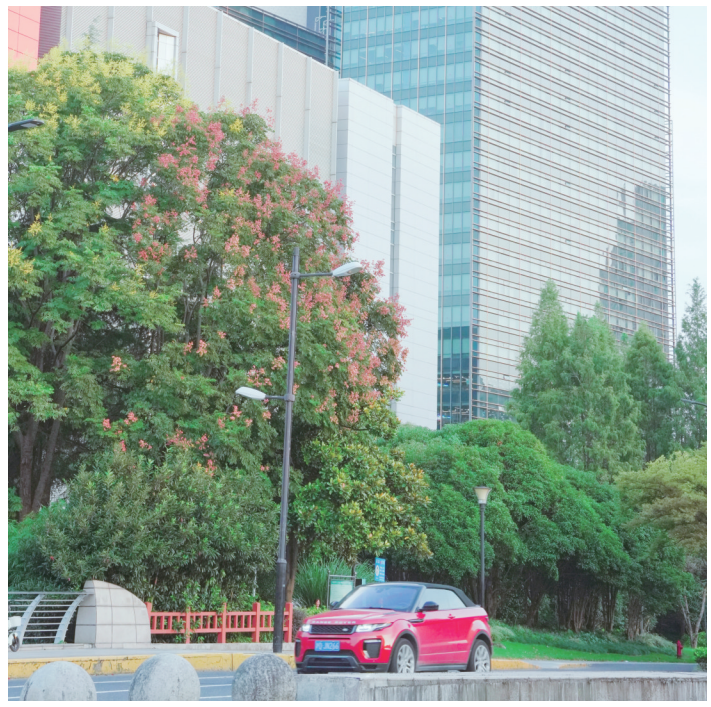
连接城市养老服务,打开随申办可购买

一项服务城市大局的养老工程,最终要落到每一位市民的真实养老体验上才有价值。

张志禔表示,基于产品周期性保本的特征,市民持有“沪养保”越久,保障额度越高,实现向下有保底、向上有增值,攻守兼备,为个人养老资产长期稳健保值增值提供坚实基础。同时,产品贯通中青年储备积累至老年退休领取的全生命周期,构建动态可持续的养老保障,实现“年轻时筑牢风险防火墙、年老时获取稳定现金流”的全周期守护。

“沪养保”将通过“随申办——上海保险码”平台和银行网络销售,支持保险金信托、保单质押贷款等功能,未来通过养老服务信托,可进一步将产品领取资金对接至养老服务或养老消费项目,实现权益可视化、场景便民化、服务本地化。

下一步,上海保险业将根据市场运行情况和消费者需求,持续总结“沪养保”实践经验,推动更多优质养老金融产品和服务供给,更好满足人民群众多层次、多样化养老保障需求。 ■唐玮婕



大美杨浦,栾树渐入佳境

本报讯 秋意弥漫,杨浦民星路、淞沪路、邯郸路、沙岗路、闸殷路等多条道路两侧的栾树进入最佳观赏期,红色、黄色、绿色交织,为城市街头增添一道亮丽的秋景。

栾树是秋季极具观赏性的行道树种,花期与果期重叠,一边开花一边结果,使得同一棵树上呈现出多种色彩。栾树在杨浦区多条主干道均有种植,从高处俯瞰,这些路段被栾树装点成一条条彩色的长廊,其枝头细碎的黄花仍在绽放,部分已结出灯笼状的蒴果,果皮呈现出青绿、绯红等不同色泽,与渐变的叶片相互映衬,色彩丰富、氛围感十足。

■记者 王歆瑜 王子亮

减重药物如何选 专家划重点

据解放日报 2024年国家卫健委启动为期三年的“体重管理年”以来,体重管理、减重等成为大热词汇,不少市民熟悉的“减肥针”不断上新,减重热潮激发研发热情,减重赛道也“卷”了起来。

记者梳理,目前临床广泛应用的“减肥针”,包括来自丹麦诺和诺德的司美格鲁肽、来自美国礼来的替尔泊肽,以及我国信达生物自主研发的玛仕度肽。此外,还包括业界高度关注的来自美国辉瑞的埃诺格鲁肽。这些“减肥针”有何区别?适合哪些不同的人群?近日采访业内人士提出科学建议。

谁在精准“狙击”脂肪

不同“减肥针”在作用靶点上略有不同。上海市第十人民医院内分泌代谢科主任陈海冰介绍,最早被大众熟知的是司美格鲁肽,从原理上来看,作为单靶点的GLP-1(胰高糖素样肽-1)受体激动剂,它专注激活GLP-1受体,通过中枢神经调控食欲,减少饥饿信号。

替尔泊肽是GIP(葡萄糖依赖性促胰岛素多肽)/GLP-1双靶点受体激动剂的降糖药物,GIP作为肠道内分泌的激素,可抑制胃酸分泌,调节脂代谢。去年7月,替尔泊肽在用于成人2型糖尿病血糖控制、长期体重管理及阻塞性睡眠呼吸暂停3项适应证的基础上,又增加一项联合胰岛素治疗改善成人2型糖尿病血糖控制的新适应证。

玛仕度肽则是由我国自主研发的全球首个获批GCG/GLP-1天然双靶点减重降糖药,GCG(胰高血糖素)靶点可提高基础代谢,促进脂肪分解,减少体重的同时消耗内脏脂肪,改善代谢。玛仕度肽匹配了国人以内脏脂肪堆积为主的代谢特征,为肥胖合并脂肪肝、糖尿病等患者提供了创新健康管理方案。

今年一款全新产品也备受关注——由辉瑞公司研发的埃诺格鲁肽。这是全球首款cAMP偏向型GLP-1受体激动剂。2026年美国糖尿病协会(ADA)科学年会发布的研究显示,这款新型“减肥针”可选择性激活与减重疗效高度相关的有效信号通路,能减少可能与不良反应相关的蛋白招募,以此提升患者长期依从性、实现减重持久达标。

专家划出“偏好人群”

各类药物的“偏好人群”稍有差异。例如,司美格鲁肽在降低心脑血管不良事件的风险方面证据更强,如果患者本身已是心梗、卒中、肾病等高危人群,未来获益更佳。如果是有减重需求、尚未出现危险因素的年轻人群,替尔泊肽、玛仕度肽均可选择,减重效果比司美格鲁肽更佳,其中替尔泊肽的胃肠道不良反应更轻,使用不适感减少,更容易坚持。

玛仕度肽则针对我国肥胖人群的特点应运而生。我国肥胖人群是以“腹型肥胖”为主,即“苹果身材”占比高达87.8%。玛仕度肽的临床数据显示,使用指定剂量的玛仕度肽,肝脏脂肪含量可降低80%。

在目前已经面世的针剂基础上,8月27日国家药监局正式受理了诺和诺德的司美格鲁肽片剂用于长期体重管理的上市申请,该申请依据诺和诺德的全球Ⅲ期临床项目——项目入组了1300名含中国受试者在内的肥胖/超重合并并发症成人患者。此前礼来的口服减重药也已在国内递交体重管理与2型糖尿病上市申请。

陈海冰呼吁,一切前提是安全、健康,切勿擅自购买用药,应在临床医生指导后科学减重。

减重不能只靠“打针”

复旦大学附属华东医院内分泌科主任鹿斌介绍:“现在市面上GLP-1的药物很多,有的批准了肥胖适应证、有的批准了糖尿病适应证,临床上也有‘off-label’超适应证在用。”

专家强调,“减肥针”的绝对禁忌人群是胰腺炎患者,此外临床上还会关注“降钙素”这个指标,目前降钙素高的人群不建议打针。

至于哪些人群可以用?首先,合并糖尿病,体重超重或肥胖的人群没有用药禁忌;正常体重伴有糖尿病的,也不是不能用,毕竟部分GLP-1药物可以降糖。抛开糖尿病说肥胖的话,适应证更为严格。用了生活方式减重仍不能控制,BMI指数在30以上者可以应用;此外,BMI指数在27.5以上,伴有代谢异常(脂肪肝、糖尿病前期、高脂血症、蛋白尿等)的也可以考虑应用。 ■顾泳 黄杨子

秋季养生你做对了吗

据新华社 入秋后空气逐渐干燥,昼夜温差变大,许多人将秋季养生提上日程。秋冻、贴秋膘、收敛心神……一些传统养生做法,在现实中常常被误用。国家中医药管理局近日举行发布会,邀请中医专家为公众解疑释惑、剖析误区。

秋冻不是刻意挨冻

人们常说“春捂秋冻”,“冻”到什么程度合适?

“秋冻不是刻意挨冻,关键是顺应气候、顾护正气。”中国中医科学院望京医院脾胃病科主任魏玮说,在气温变化平缓、身体健康且感觉舒适的前提下,不急于过度加衣,可随气温变化逐步调整;遇明显降温、大风或已感到寒冷时,则应及时保暖。

秋冻更非人人适宜。专家介绍,平素明显怕冷、手脚冰凉、体弱或反复感冒的人,患有心脑血管疾病的人尤其是中老年人,患有哮喘、慢性阻塞性肺疾病等慢性呼吸系统疾病的人,不宜刻意受冷;儿童、老年人和病后体弱者应及时增减衣物。

“增酸”、贴秋膘并非人人适宜

中医认为“燥为秋季之主气”,燥邪易耗伤人体津液,引发干咳、咽喉干痒等症状。因此,秋季饮食调养以“养阴润燥”为核心原则,讲究“少辛增酸”。

中日友好医院呼吸医学中心副主任张洪春说,秋季可适当多吃梨、百合、银耳等甘润、生津食物,适量食用乌梅、山楂、柠檬等酸味食物帮助敛肺养阴;还应少量多次饮用温水,少吃辛辣、燥热食物,以防助燥伤阴。

不过,并非人人都要多吃酸味食物。专家提醒,人们可根据个人耐受程度适量食用酸味果蔬,反酸、烧心的人不宜“增酸”。

贴秋膘是秋季的传统习俗,但不是所有人都需要进补。

重庆市永川区大安街道社区卫生服务中心副主任医师夏志萍说,夏天体重明显下降、入秋后仍食欲不振、气短乏力的人适宜进补,但应以“清补”为主;夏天体重没降甚至增加、平时应酬多、饮食油腻、舌苔厚腻的人不宜进补,应先清理体内湿热。

收敛心神不等于压抑正常情绪

进入秋季,有些人容易情绪低落。中医认为“悲伤肺”,过度、持久的悲忧可能影响身心状态。因此,秋季宜调畅情志、保持心态平和。

不过,专家提醒,收敛心神并不是压抑正常情绪,其关键在于“平”和“清”。如果持续情绪低落并影响睡眠、工作或生活,应及时寻求专业帮助。

“秋天日照变短,光线不足会影响人体阳气升发。”张洪春说,上午阳光好的时候到户外散步、让身体微微出汗,可以帮助阳气舒展,改善情绪。

换季腹泻不都是因为“受凉”

进入秋季,天气由热转凉,腹泻容易发生,但不能把原因都归为“肚子受凉”。

“在中医看来,泄泻和脾胃运化失常、湿邪相关,可有寒湿、湿热、食积、脾虚等不同证候。”魏玮说,平素脾胃虚弱的人,受凉或饮食不当可能出现腹泻;病毒、细菌感染、食物不耐受或饮食不洁也可能引起腹泻。

专家提示,秋季出现腹泻时,应先评估病情并预防脱水,不能只靠食疗或热敷“止泻”。焦米粥、山药薏米粥不能作为通用止泻方,也不能代替补液。山药粥可作为日常饮食调养方法,薏米性偏凉,明显虚寒者不宜盲目长期食用。 ■田晓航