



# 华鑫期货每日晨报

2026年3月19日

内容:

- 华鑫早间头条
- 商品相关信息
- 策略参考



## ■ 华鑫早间头条

### 宏观与产业

- 1、中东能源设施遭袭风险骤然升级。伊朗最大的天然气田——南帕尔斯气田和阿萨卢耶部分石油化工设施遭美国和以色列袭击，这是伊朗上游油气设施首次成为攻击目标。伊朗随后宣布，将全力打击美国相关石油设施，并将沙特、阿联酋和卡塔尔三国能源设施列为合法打击目标。伊朗伊斯兰革命卫队发表紧急声明，宣布已对地区内与美国相关的石油及能源设施发动大规模导弹袭击。伊拉克称，伊朗供应的天然气完全中断。美国总统特朗普表示，不希望再发生针对伊朗能源设施的袭击。不过，视伊朗未来在霍尔木兹海峡的举动而定，特朗普仍有可能再次考虑将更多伊朗能源设施列为打击目标。
- 2、美联储将联邦基金利率目标区间维持在3.50%-3.75%不变，连续第二次“按兵不动”，符合市场预期。声明显示，委员们以11-1的投票比例通过此次的利率决定。美联储理事米兰对本次利率决议持反对意见，主张降息25个基点。声明指出，经济活动以稳固速度扩张；通胀在某种程度上依然高企；经济前景不确定性维持在高位，中东局势对美国经济影响存在不确定性。点阵图显示2026-2027年仅各降息1次，降息路径更加保守，凸显美联储在多重风险下的谨慎观望立场。
- 3、美以伊冲突正对全球能源供应造成空前冲击。据船舶追踪机构Kpler数据，沙特、科威特、阿联酋等中东八国上周石油日均出口量为971万桶，较2月平均水平骤降约61%。而另一机构Vortexa数据更显示，上周中东石油日均出口量降至750万桶/日，降幅高达71%。
- 4、美联储全面上调GDP增速预期同时上调今明两年核心PCE通胀预期。美联储FOMC经济预期显示，2026、2027、2028年底GDP增速预期中值分别为2.4%、2.3%、2.1%（去年12月预期分别为2.3%、2.0%、1.9%）。2026、2027、2028年底核心PCE通胀预期中值分别为2.7%、2.2%、2.0%（去年12月预期分别为2.5%、2.1%、2.0%）。

### 资本市场

#### 1、A股与港股市场（按前结算价）

A股探底回升，上证指数收涨0.32%报4062.98点，深证成指涨1.05%，创业板指涨2.02%，万得全A涨0.8%，市场成交额2.06万亿元。算力租赁、算电协同、算力硬件等AI算力产业链爆发；周期股普跌，化工、油气、锂矿、农业、房地产、煤炭板块表现不振。



港股震荡走高，恒生指数收涨0.61%，报26025.42点；恒生科技指数微涨0.01%，恒生中国企业指数涨0.1%。大模型概念股走强，MiniMax、智谱均涨超19%；存储半导体股活跃。南向资金净买入超12亿港元，阿里巴巴获加仓超15亿港元。。

## 2、美股、美债与美元

美国三大股指全线收跌，道指跌1.63%报46225.15点，创年内新低，标普500指数跌1.36%报6624.7点，纳指跌1.46%报22152.42点。麦当劳、宝洁公司跌超3%，领跌道指。万得美国科技七巨头指数跌1.47%，亚马逊跌超2%。纳斯达克中国金龙指数跌2.06%，微博跌超10%，腾讯音乐跌逾9%。在美以对伊战争导致油价飙升的背景下，美国最新经济数据显示通胀继续发酵，美联储主席鲍威尔讲话进一步加剧市场对于美国通胀高企的担忧。

美债收益率集体上涨，2年期美债收益率涨10.56个基点报3.779%，3年期美债收益率涨9.52个基点报3.776%，5年期美债收益率涨9.00个基点报3.878%，10年期美债收益率涨6.65个基点报4.267%，30年期美债收益率涨4.04个基点报4.883%。

纽约尾盘，美元指数涨0.74%报100.30，非美货币普遍下跌，欧元兑美元跌0.77%报1.1451，英镑兑美元跌0.73%报1.3257，澳元兑美元跌1.14%报0.7023，美元兑日元涨0.55%报159.88，美元兑瑞郎涨1.08%报0.7933，离岸人民币兑美元跌182.7个基点报6.9016。

## ■ 商品相关信息

美油主力合约收涨3.68%，报99.05美元/桶；布油主力合约涨5.7%，报105.06美元/桶。中东局势紧张，相关能源设施遇袭后伊朗表明报复立场，且警告将打击中东多国能源设施，市场对原油供应端扰动的担忧升温，推动油价上涨。

俄罗斯总统新闻秘书佩斯科夫表示，俄方正在考虑提前对欧“断气”事宜。欧盟委员会发布指导意见，旨在简化非俄罗斯天然气进口的预授权规则，以提升能源供应灵活性并保障市场稳定。

俄罗斯总统新闻秘书佩斯科夫表示，俄罗斯石油目前对世界能源行业而言不可或缺，在美国放宽制裁后，希望采购俄石油的买家众多。美国财政部3月12日宣布美国将暂时放宽对部分俄罗斯石油制裁。据俄罗斯方面消息，泰国和斯里兰卡政府此前已宣布购买俄罗斯石油的意向。



## 策略参考和回顾

【期指】A 股周三探底回升，午后各主要指数涨幅扩大，双创指数领涨市场。截至收盘，上证指数涨 0.32%，深成指涨 1.05%，创业板指涨 2.02%，科创 50 指数上涨 1.36%，平均股价上涨 1.62%，全市场成交总量 20610 亿元，缩量 1635 亿元。三市超 3500 只个股上涨。板块延续再现跷跷板现象，科技成长板块领涨，而权重和红利等承压。期指除 IH 小幅下跌以外，其他期指均上涨，各期指的日内强弱排名：IC>IM>IF>IH。

伊朗最大的天然气田——南帕尔斯气田和阿萨卢耶部分石油化工设施遭美国和以色列袭击，这是伊朗上游油气设施首次成为攻击目标。伊朗随后宣布，将全力打击美国相关石油设施，并将沙特、阿联酋和卡塔尔三国能源设施列为合法打击目标。美股三大股指全线重挫，道指跌 1.63%创年内新低，标普 500 指数跌 1.36%，纳指跌 1.46%。亚马逊跌超 2%。微软跌近 2%，特斯拉跌超 1.5%。纳斯达克中国金龙指数跌 2.06%，在美以对伊战争导致油价飙升的背景下，美国最新经济数据显示通胀继续发酵，美联储主席鲍威尔讲话进一步加剧市场对于美国通胀高企的担忧。

中东局势进一步紧张，风险外溢利空整体金融市场，包括 AH 股。注意今天权重和红利板块护盘的情况，盘面或再现“跷跷板”现象，即红利和权重偏强而科技成长偏弱。基于外围市场的高度不确定性，建议谨慎交易，可是适量降低杠杆率。

【有色】夜盘有色除铝系以外均下跌，其中铜锡等重挫。沪铜低开低走，盘中连续跌破 98000、97000 和 96000，主力 5 月收 96340，较昨日收盘下跌 2270，持仓总量增加近 8 千手；同期沪锌、沪铅、沪镍和沪锡均下跌，其中沪锌跌超 1%，沪锡跌超 3%。铝系得益于中东紧张局势的风险溢价，整体表现偏强，其中氧化铝再创近期新高，关于铝系商品在本次中东危机冲击下不跌反涨的具体原因分析，可见 3 月上旬公众号上的专题铝报告。目前铝锌锡等有色已向下破位，操作上可顺势而为，同时基于外部环境的高度不确定性，注意持仓管理。

【贵金属】隔夜金银夜盘大跌，沪金主力收于 1088.9，跌幅为 2.23%，沪银主力收于 19170，跌幅为 4.44%。中东紧张能源价格带动至宏观侧，鲍威尔隔夜发表鹰派声明，强调若通胀未见明显回落，降息将难以启动。其发言基本符合我们的预期，在过去数据未公布之时我们基本预判美 2 月 PPI 数据将远超预期，在高通胀背景下，货币政策难以挽救失业率走高，美股、美债齐跌，美元重回 100 关口。短期内黄金的锚或更多从地缘局势切换至美经济数据。短期来看，我们建议黄金多头暂时观望，黄金月度级回调远未结束，原油非一个短期结束事件，使用期权卖出策略，贵金属可能在中东冲突持续存在的背景下，短期内进入低波+震荡的市场格局，白



银建议暂时观望。基于全球处于去美元化阶段，黄金仍具有巨大向上潜力，但其中过程或有反复，使得短期黄金面临震荡回调。

【黑色金属】夜盘螺纹铁矿震荡收跌，热卷持平，双焦收涨。宏观方面，中东能源设施遭袭风险骤然升级。油价偏强运行，全球通胀或导致美联储将息将推迟。产业方面，本周全球铁矿石发运总量环比增加 151 万吨至 3048.8 万吨，其中澳洲发运量大增 122.1 万吨至 1875.3 万吨，巴西和非主流地区发运量微幅攀升。本期外矿到港量再度回落，中国 47 港铁矿到港总量周环比下降 380.5 万吨至 2317.0 万吨，处于年内次低水平，降幅达 14.4%。元宵节后，下游建筑工地陆续复工。上周上海钢联数据显示，五大钢材总库存为 1974.89 万吨，环比上周增加 1.17%，表需环比回升 15.44%至 798.08 万吨。地产方面，1-2 月份，房地产开发企业房屋施工面积同比下降 11.7%，房屋新开工面积下降 23.1%。地产依然偏弱。钢材下游终端逐步复工，表需增加，预计钢价震荡运行。

【三大胶】昨日伊朗最大的天然气田——南帕尔斯气田和阿萨卢耶部分石油化工设施遭美国和以色列袭击，伊朗宣布已对地区内与美国相关的石油及能源设施发动大规模导弹袭击。原油一度上涨至 110 美元，能化板块爆发，合成胶受此影响出现强劲反弹，持仓量较日内有所放大，RU 夜盘延续日内弱势格局。当前胶市基本面呈现供需双增格局，库存压力较大但累库节奏放缓，下游需求逐步恢复但力度有限，短期市场情绪偏空，上涨动能不足，预计胶价短期仍以震荡调整为主。BR 橡胶的走势短时主要取决于原油价格和丁二烯价格的变化，在原油上涨及供应端紧缺背景下预计仍有上涨空间。



## 注意事项

本文中的信息均来源于公开资料，华鑫期货研究所及相关研究人员力求准确可靠，但对这些信息的准确性及完整性不作任何保证。我们已力求文章内容客观、公正，但文章中的信息与所表达的观点不构成所述期货买卖的出价或询价的依据，该等信息、意见并未考虑到获取本文人员的具体投资目的、财务状况以及特定需求，在任何时候均不构成对任何人的个人推荐。对依据或者使用本文所造成的一切后果，华鑫期货及其关联人员均不承担任何法律责任。

本文中的资料、意见、预测均只反映文章初次发布时的判断，可能会随时调整。该等意见、评估及预测无需通知即可随时更改。华鑫期货没有将此意见及建议向文章所有接收者进行更新的义务。本文仅供内部参考交流使用，不构成投资建议。如未经授权，私自转载或者转发本文，所引起的一切后果及法律责任由私自转载或转发者承担。华鑫期货将保留随时追究其法律责任的权利。

华鑫期货研究所立足诚信和专业，秉承“高效研究 创造价值”的理念，深谙“知微见著，臻于至善”的投研内核，并基于宏观、产业、市场风偏和估值构建“四维一体”决策模型，助力各类客户包括产业型客户和交易型客户的成长。

侯梦倩

期货从业资格：F3070960

交易咨询资格：Z0017338

邮箱：houmq@shhxqh.com

华鑫期货有限公司

地址：上海市徐汇区云锦路277号9F、10F（电梯楼层10F、11F）

邮编：200000

电话：400-186-8822

华鑫期货

华鑫期评

