

📄 總經 × 牛熊市判斷指標

1. 利率

指引市場大方向的貨幣政策工具

- **聯邦基金利率 (Fed Funds Rate)**
 - 監控重點：↑ 緊縮 | ↓ 名目寬鬆
 - [數據連結](#)
- **美債殖利率曲線 (Yield Curve)**
 - 監控重點：**2Y>10Y** (衰退警訊) | **轉正** (復甦)
- **2Y**：美國 2 年期公債殖利率（代表**短期**利率，受聯準會 Fed 政策影響大）。
- **10Y**：美國 10 年期公債殖利率（代表**長期**利率，受經濟成長預期、通膨影響大）。

正常情況 (10Y > 2Y)：借錢給政府 10 年的風險比借 2 年高（因為時間長，不確定性高），所以理應拿到更高的利息。這是經濟健康的表現。

異常情況 (2Y > 10Y)：當 2 年期利息竟然比 10 年期還高，代表市場預期**「未來的景氣很差」或「未來利率會大幅下降」**。

意義：這被視為**經濟衰退的強烈先行指標**。過去幾十年的歷史經驗顯示，當出現倒掛後，通常在 6 到 18 個月內，經濟會陷入衰退。

- [數據連結\(10Y\)](#)
- [數據連結 \(2Y\)](#)

2. 量化緊縮 (QT)

觀察市場資金流動量與央行資產負債表

- **Fed 總資產 (WALCL)**
 - 監控重點：↓ QT | → 停止 | ↑ QE

- [數據連結](#)
 - 縮表速度 (Runoff)
 - 監控重點：>600 億 (強 QT) | <200 億 (幾乎無影響)
 - [數據連結](#)
 - 銀行準備金
 - 監控重點：↓ 缺血 | ↑ 回流
 - [數據連結](#)
 - 逆回購 (RRP)
 - 監控重點：RRP ↓ + 準備金 ↓ (代表真 QT)
 - [數據連結](#)
-

3. 牛熊市核心指標

判斷市場風險偏好與恐慌程度

- 芝加哥國強金融狀況指數 (NFCI)
 - 監控重點：< 0 (寬鬆) | > 0 (熊市風險)
 - [數據連結](#)
- 高收益債利差 (High Yield Spread)
 - 監控重點：↑ 風險升高 | ↓ 安心
 - [數據連結](#)
- 恐慌指數 (VIX)
 - 監控重點：< 15 (安逸) | > 30 (恐慌)
 - [數據連結](#)