

DAILY CLOSING NOTES

收盘笔记 · 每日合集

PEIYUN PANHOU BIJI · WJ868.COM

2026年10月22日

全 20 篇收盘笔记

覆盖 20 个指数

含 1 篇完整版

每日收盘后自动更新

| **当天行情账** 开收高低、涨跌幅与量能，一页看全

| **位置与指标** 均线 / MACD / KDJ / 布林的结构位置

| **缺口与概率** 缺口账、参照区间与作废条件

| **周线月线** 更大级别的位置与九周期矩阵

每日二十篇 · 精品收盘笔记

阅读完整内容：网站 wj868.com · 小程序「沛筠盘后笔记」· 公众号回复「合订本」领合集

在线阅读本期及往期：<https://wj868.com/daily-pdf>（收藏此链接，每日自动更新）

免责声明：本合集仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。数据来自公开行情整理，可能有误差，以交易所为准。市场有风险，决策需独立判断。

目录

1. 上证指数(000001) 3658.03: 下跌 1.48% ([全文完整版](#))
2. 深证成指(399001) 11357.32: 下跌 2.96% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
3. 创业板指(399006) 2576.90: 收在全天最低, 四线全丢 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
4. 科创50(000688) 1305.87: 下跌 2.78% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
5. 科创综指(000680) 1549.49: 下跌 3.32% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
6. 沪深300(000300) 4036.30: 下跌 1.84% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
7. 上证50(000016) 2724.81: 下跌 0.81% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
8. 中证500(000905) 6655.25: 下跌 2.71% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
9. 中证1000(000852) 6578.27: 收在全天最低, 四线全丢 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
10. 国证2000(399303) 8719.43: 收在全天最低, 四线全丢 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
11. 中证红利(000922) 5405.75: 下跌 1.68% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
12. 证券公司(399975) 691.47: 下跌 0.58% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
13. 中证银行(399986) 7670.43: MACD 由红翻绿 ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
14. 国证半导体芯片(980017) 13012.50: 下跌 2.43% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
15. 中证人工智能(930713) 4924.49: 下跌 3.34% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
16. 中证白酒(399997) 6124.00: 下跌 1.30% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
17. 中证医药(000933) 7521.10: 下跌 1.96% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
18. 中证军工(399967) 10518.38: 下跌 2.25% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
19. 中证新能源汽车(399808) 1884.73: 下跌 1.99% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))
20. 中证全指(000985) 5154.03: 下跌 2.45% ([预览版](#) · [完整版进小程序](#))

上证指数(000001) 3658.03：下跌 1.48%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

上证指数 · 2026/10/22 收盘

3658.03 **-1.48%**

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 7061 亿，较前 5 日均额 -0.17% (缩量) | 20 日区间 3649.86 ~ 3967.68

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日 (周四)。上证指数(000001)开盘 **3714.48**、收盘 **3658.03**——跌 55.00 个点 (**-1.48%**)。这是连续第 2 个交易日下跌。

全天最高 3714.48、最低 3649.86，收盘离全天最低只差 8.17 个点；收盘位置——收在日内低侧。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **3700 点** 整数位。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	3714.48
最高	3714.48
最低	3649.86
收盘	3658.03
涨跌幅	-1.48% (-55.00 点)
日内振幅	64.62 点 (1.74%)
沪市成交额	7060.96 亿
5 日均额	7073.20 亿
量比	1.00

振幅 1.74%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 6 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	3710.73	下方 52.70

日线 MA10	3744.02	下方 85.99
日线 MA20（=布林中轨）	3813.14	下方 155.11
日线 MA30	3847.45	下方 189.42
日线 MA60	3874.67	下方 216.64
日线 MA120	3968.92	下方 310.89
日线 MA250	3986.24	下方 328.21
日线布林上轨	3982.70	下方 324.67
日线布林下轨	3643.58	上方 14.45

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (3710.73)，再谈结构修复。

三、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**3724.56 ~ 3761.96**），拖了 5 个交易日没补——真到那一带，先到的抛压会比情绪更早出现。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**3878.41 ~ 3888.37**），拖了 13 个交易日没补——真到那一带，先到的抛压会比情绪更早出现。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**3930.50 ~ 3934.46**），拖了 14 个交易日没补——真到那一带，先到的抛压会比情绪更早出现。

老读者熟悉的统计这回换一组：不是单个缺口，而是三缺口并存的格局——上证 175 次；60 个交易日内至少补一个约 87%；全补完的约 86%，中位用时百日以上。

图上缺的那几格记下了，接着算今天的换手。

四、量能：放了 633.44 亿

沪市成交额 **7060.96** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-0.17%，量比 1.00）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

平量像**钟摆停在中间**——两边都够得着，两边都没去。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证指数 排在**第 5 位（跌1.48%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.00，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

钱看完了，把镜头推回线上：这几根线有没有跟着表态。

五、指标：绿柱第 15 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-46.88	-30.72	-32.33
10/19	-48.84	-34.34	-28.99
10/20	-49.46	-37.37	-24.19
10/21	-51.17	-40.13	-22.08
10/22	-56.31	-43.36	-25.89

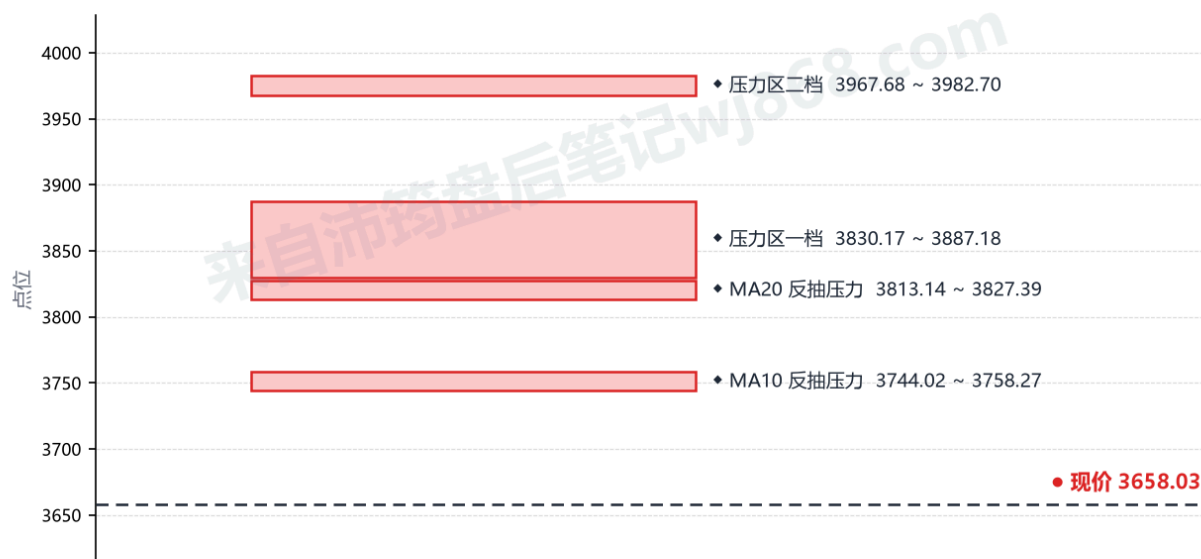
绿柱在放大（昨天 -22.08）。DIF 从昨天的 -51.17 走到 **-56.31**，DEA -43.36。KDJ 这边：K 值 18.73、D 值 22.57、**J 值 11.03**。K 值 18.73 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 15.48、RSI14 25.37——短线强度偏弱。

今天 KDJ 死叉。同理，单指标翻空的信息量有限，历史上单边死叉不构成明显劣势——先看量价配合，再下结论。

把镜头拉到近 20 日区间（3649.86 ~ 3967.68）：昨天收盘还挂在区间的 19.9% 分位，今天掉到 **2.6%**。

线的态度记完，换算成今天要用的档位。

上证指数 收盘点位阶梯（区间表述，非挂单价）



沛筠盘后笔记 · wj868.com

六、位置和条件

档位	区间	依据
◆ 压力区二档	3967.68 ~ 3982.70	近 20 日最高 + 布林上轨
◆ 压力区一档	3830.17 ~ 3887.18	现价与近 20 日最高之间
◆ MA20 反抽压力	3813.14 ~ 3827.39	反抽至 MA20 (3813.14) 一带承压，收复才谈结构修复
◆ MA10 反抽压力	3744.02 ~ 3758.27	反抽至 MA10 (3744.02) 一带承压，站稳才谈反弹
● 现价	3658.03	10/22 收盘 (-1.48%)

基准剧本：MA20 (3813.14) 还压在头上，先按「反抽承压」对待——收复之前，每一次逼近这条线都先当压力看。反向剧本：哪天收盘重新站上 MA20 并且三日踩实，历史上这类「收复后踩实」的走势其后 10 日偏暖（约五成一胜率口径（51.3%））——结构修复从那天起算。以上两种剧本都不必猜，看收盘价站哪边就行；作废条件见下方黄框。

⚠ 出现下面任何一种情况，上表的参照就不成立：① 收盘站上 3982.70 上方——参照重新往上看；② 收盘跌破 3601.02——回到更低一档找支撑；③ 沪市成交额骤变（放大或缩减超三成）——按新量能重算波幅。以当日收盘数据为准。

七、周线和月线

本周 4 个交易日，从上周收盘 3716.28 走到 **3658.03**，跌 58.25 个点（1.57%）；本周最高 3743.80、最低 3649.86。

周线这根 K：开 3694.12、收 3658.03，实体 36.09 个点的**阴线**，上影线 49.68、下影线 8.17。

周线 MACD 柱 **-50.51**，周线 KDJ 的 J 值 -4.93——周线这一层的结构调整，比日线更急。

本月到今天第 11 个交易日：从上月收盘 3842.19 走到 3658.03，跌 184.16 个点（4.79%）；月内最高 3864.12、最低 3649.86。

剥掉细节，只剩一句：**量价都平，市场在等一个表态的时刻。**

好的部分是——价格缩在近半年 1% 低位。克制的部分是——日线绿柱仍在放大（-25.89）、四条中短期均线全在头顶。两个部分都是真的，凑在一起，我给 上证指数 **56%~64%** 的概率、**10 月 23 日（周五）** 收盘落在 **3601.02 ~ 3982.70** 这个波动范围内、下探3649.86一线的机会略大，前提是收盘守住支撑区一档（**3601.02**）一线；作废条件：任一交易日收盘站出 3601.02 ~ 3982.70 区间，上述判断即失效，按当日收盘数据重算。

八、九周期矩阵

周期	状态（收盘位置 · MACD · KDJ）
5分钟	均线缠绕 · MACD 翻绿 · KDJ J 值 7（中位）
15分钟	均线缠绕 · MACD 绿柱收敛 · KDJ J 值 29（中位）
30分钟	均线空头排列 · MACD 绿柱收敛 · KDJ J 值 12（中位）
60分钟	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 1（中位）
90分钟	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 2（中位）
120分钟	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 13（中位）
日线	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 11（中位）
周线	均线空头排列 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 -5（超卖区）
月线	均线缠绕 · MACD 绿柱扩大 · KDJ J 值 -11（超卖区）

把九个周期按快慢分三档看——快档（5F~30F）0 个多头排列，中档（60F~120F）0 个，慢档（日/周/月）0 个。三个层级排列方向一致，属于**跨周期收敛**的形态。

九、缠论结构（笔 · 中枢 · 背驰）

周 期	笔	中 枢	最近中枢与走势类型	时效窗内背驰	结构标注
--------	---	--------	-----------	--------	------

日线	26 笔 (最近 down-up-down)	20 个	3850.86~3994.18 (2026-08-18 起, 延伸 0 笔) ; 走势类型: 高级别盘整构造 (中枢波动重叠)	时效窗内无背驰	暂未触发
60 分钟	31 笔 (最近 down-up-down)	23 个	3741.53~3750.77 (2026-09-30 起, 延伸 0 笔) ; 走势类型: 下跌趋势 (中枢依次下移)	底背驰·趋势背驰 @ 2026-10-22 (距今 1 根)	一买候选 (3649.86, 已触发)
15 分钟	37 笔 (最近 up-down-up)	29 个	3702.44~3725.17 (2026-10-20 起, 延伸 0 笔) ; 走势类型: 高级别盘整构造 (中枢波动重叠)	时效窗内无背驰	暂未触发

日线：末笔确认点之后还有 5 根未入笔（2026-10-16 ~ 2026-10-22，区间 3649.86~3750.77）。60分钟：末笔确认点之后还有 1 根未入笔（2026-10-22 ~ 2026-10-22，区间 3656.98~3684.94）。15分钟：末笔确认点之后还有 3 根未入笔（2026-10-22 ~ 2026-10-22，区间 3656.98~3684.02）。

几个名词先说清楚。「笔」：按分型一上一下严格交替连出来的线段；「中枢」：连续三笔价格互相重叠的那段区间；「背驰」：同方向的两段走势，后一段 MACD 柱的极值比前一段收窄；「时效窗内」：这个现象发生的时间离最新收盘还不远，仍在该周期自己的观察窗里。末笔确认点之后没入笔的行情也附在旁边，作对照。至于表里的「结构标注」，是形态口径下的位置描述——看位置用的，不构成操作指令。

二十指数收盘温度计 · 2026/10/22 (红=涨/绿=跌, 纯当日事实)

指数	涨跌幅	量能环比5日	五线上方
上证指数	-1.48%	-0.2% (缩量)	0/5
深证成指	-2.96%	+3.5% (放量)	0/5
创业板指	-4.37%	+4.3% (放量)	0/5
科创50	-2.78%	+0.9% (放量)	0/5
科创综指	-3.32%	-2.8% (缩量)	0/5
沪深300	-1.84%	+6.4% (放量)	0/5
上证50	-0.81%	+8.1% (放量)	0/5
中证500	-2.71%	+0.6% (放量)	0/5
中证1000	-2.98%	-0.7% (缩量)	0/5
国证2000	-3.20%	-2.3% (缩量)	0/5
中证红利	-1.68%	+6.1% (放量)	0/5
证券公司	-0.58%	-2.9% (缩量)	0/5
中证银行	-0.27%	+9.6% (放量)	3/5
国证半导体芯片	-2.43%	+7.6% (放量)	0/5
中证人工智能	-3.34%	+13.1% (放量)	0/5
中证白酒	-1.30%	-13.2% (缩量)	0/5
中证医药	-1.96%	+0.6% (放量)	0/5
中证军工	-2.25%	-7.4% (缩量)	0/5
中证新能源汽车	-1.99%	-0.1% (缩量)	0/5
中证全指	-2.45%	+1.7% (放量)	0/5

说明: 涨跌幅 = 当日收盘 ÷ 昨收 - 1; 量能环比5日 = 当日成交额 ÷ 前5日平均成交额 - 1 (前5日不含当日)。
五线上方 = 收盘价站上 MA5 / MA10 / MA20 / MA60 / MA120 五条均线的条数 (收盘 ≥ 均线即算站上, 含踩平)。
5/5 = 五条全在脚下, 0/5 = 五条全在头顶; 中间值越大, 代表站上的均线越多。
本图为当日事实记录, 不构成任何操作指令。

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

这一页记完, 10月23日(周五) 收盘后再对一对。收盘之后再再看一遍, 感受常和盘中不一样。

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记, 不构成任何投资建议; 运营方无证券投资咨询资质, 不提供投资顾问或咨询服务; 本站及小程序全部内容永久免费, 永不开展任何收费活动, 亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述, 市场有风险, 决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

数据截至 2026-10-22 收盘。

日常答疑解惑 (FAQ)

Q：缺口一定会补吗？

A：不一定。以主要指数的长历史统计，约六到七成的跳空缺口会在 10 个交易日内回补，中位数约 3 天；缺口是地图上的参照虚线，不是必然偿还的债。

Q：均线压力是什么意思？

A：均线代表一段时间内买入者的平均成本，价格反弹到均线下方附近时，容易遇到解套抛压；收盘收复这条均线，才算结构修复的第一步。

Q：炒股用什么软件？

A：看盘与复盘常用[证券公司](#)官方 APP 或主流行情软件，均提供免费行情；务必从官方应用商店下载，谨防仿冒软件与陌生人推荐的链接。

Q：炒股能赚到钱吗？

A：炒股没有保证收益：公开统计下多数个人投资者长期是亏损的，收益与风险永远成正比。若参与，应只用闲钱、控制仓位、降低交易频率，并把「可能亏损」计入预期。任何承诺保本或高收益的说法都值得怀疑。

以上为读者常见疑问的解答，仅作阅读引导；本站仅做技术结构复盘，不构成任何投资建议。

延伸阅读

- [深证成指\(399001\)](#) 11357.32：下跌 2.96%
- [创业板指\(399006\)](#) 2576.90：收在全天最低，四线全丢
- [科创50\(000688\)](#) 1305.87：下跌 2.78%
- [科创综指\(000680\)](#) 1549.49：下跌 3.32%

点击标题可直接跳转对应笔记；在小程序内会自动打开站内详情页。

同一品种近期笔记

- [上证指数\(000001\)](#) 3713.03：下跌 0.60%
- [上证指数\(000001\)](#) 3735.37：上涨 0.12%
- [上证指数\(000001\)](#) 3730.92：上涨 0.39%

同品种往期复盘，可与本文对照阅读。

发现本文数据有误？可在 [内容纠错](#) 页看提交方式，或直接在公众号「沛筠」发消息；核实后在原页更正并注明更正日期。

#A股 #上证指数

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-1000001-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

深证成指(399001) 11357.32：下跌 2.96%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

深证成指 · 2026/10/22 收盘

11357.32 -2.96%

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 8226 亿，较前 5 日均额 3.48% (放量) | 20 日区间 11350.96 ~ 13914.21

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日 周四，深证成指(399001)的收盘账：开 **11690.34** / 收 **11357.32**，跌幅 347.03 个点，**-2.96%**。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 11690.92、最低 11350.96，收盘离全天最低只差 6.36 个点，收盘收在日内低侧。

开盘就比昨天的收盘低 14.01 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

收盘 **11357.32**，离 11400.00 整数关口只有 42.68 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

今日全市场情绪事实（收盘统计）：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	11690.34
最高	11690.92
最低	11350.96
收盘	11357.32
涨跌幅	-2.96% (-347.03 点)
日内振幅	339.96 点 (2.90%)
深市成交额	8226.18 亿
5 日均额	7949.60 亿
量比	1.04

振幅 2.90%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 5 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	11696.57	下方 339.25

日线 MA10	11979.07	下方 621.75
日线 MA20（=布林中轨）	12625.87	下方 1268.55
日线 MA30	12935.91	下方 1578.59
日线 MA60	13464.28	下方 2106.96
日线 MA120	14422.27	下方 3064.95
日线 MA250	14065.09	下方 2707.77
日线布林上轨	14128.47	下方 2771.15
日线布林下轨	11123.27	上方 234.05

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5（11696.57）。

三、量能：放了 360.21 亿

深市成交额 8226.18 亿，和前五个交易日的均值差不多（3.48%，量比 1.04）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。价格与成交都没什么起伏，量价一起进入平稳状态。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，价格重心在下移，量比 1.04，振幅排进近 20 日最宽的一档，盘中分歧充分，该换手的筹码都换过手了。

横向记一笔：今日 20 指数同台，深证成指 排在第 15 位（跌2.96%）；最强的是 中证银行（跌0.27%），最弱的是 创业板指（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

量能平平的日子，像书翻到一半停住——读到哪儿，下次还得找。

成交说完了，换指标上场——同一天的两种说法对一对。

四、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-477.26	-353.96	-246.61
10/19	-496.62	-382.49	-228.26
10/20	-507.42	-407.48	-199.88
10/21	-517.82	-429.55	-176.55

10/22	-547.76	-453.19	-189.14
-------	---------	---------	---------

绿柱在放大（昨天 -176.55）。DIF 从昨天的 -517.82 走到 **-547.76**，DEA -453.19。KDJ 这边：K 值 5.42、D 值 8.45、**J 值 -0.62**。K 值 5.42 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 4.31、RSI14 15.91——短线强度偏弱。

MACD 和 KDJ 今天都很克制，没有交叉发生，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标这一栏维持不变。

线的事收尾，接下来是图上真实的空档。

五、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**11940.01 ~ 12097.50**），拖了 5 个交易日没补——价格真走到那一带，别指望一帆风顺。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**13267.65 ~ 13316.97**），拖了 13 个交易日没补——价格真走到那一带，别指望一帆风顺。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**13577.86 ~ 13617.05**），拖了 14 个交易日没补——价格真走到那一带，别指望一帆风顺。

缺口这页的末尾补一句同型统计：上证 175 次历史记录中，仅 3 次自始至终未回补任何缺口——把「多数会启动回补」记成事实，把「何时补完」留给行情。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399001-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

创业板指(399006) 2576.90：收在全天最低，四线全丢

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

创业板指 · 2026/10/22 收盘

2576.90 -4.37%

五线状态（收盘价相对均线，纯位置记录）

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 4062 亿，较前 5 日均额 4.26%（放量） | 20 日区间 2576.90 ~ 3472.47

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日，周四。创业板指(399006)开在 **2687.94**，收在 **2576.90**，跌 117.81 个点，**-4.37%**。这是连续第 9 个交易日下跌。

全天最高 2688.11、最低 2576.90；收盘位置——**正好压在全天最低点上。**

开盘就比昨天的收盘低 6.77 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

盘面节奏一句话：收盘跌落 **2600 点** 整数位。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2687.94
最高	2688.11
最低	2576.90
收盘	2576.90
涨跌幅	-4.37% (-117.81 点)
日内振幅	111.21 点 (4.13%)
创业板成交额	4061.79 亿
5 日均额	3895.91 亿
量比	1.02

振幅 4.13%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 4 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2705.90	下方 129.00

日线 MA10	2814.49	下方 237.59
日线 MA20（=布林中轨）	3036.91	下方 460.01
日线 MA30	3131.87	下方 554.97
日线 MA60	3307.51	下方 730.61
日线 MA120	3622.47	下方 1045.57
日线 MA250	3425.91	下方 849.01
日线布林上轨	3553.34	下方 976.44
日线布林下轨	2520.49	上方 56.41

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（2705.90）。

三、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**2819.38 ~ 2863.71**），拖了 5 个交易日没补——空着的位置迟早要被拜访，只是别假设它一次就填平。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**3270.81 ~ 3288.95**），拖了 13 个交易日没补——空着的位置迟早要被拜访，只是别假设它一次就填平。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**3371.61 ~ 3372.95**），拖了 14 个交易日没补——空着的位置迟早要被拜访，只是别假设它一次就填平。

缺口账的背景数据一并发上：沪指这种格局出现后，首个缺口中位 3 天回补；把三个全补完的中位用时超过 **100 个交易日**——参照位是静态的，时间表是动态的。

空档数完，翻到成交额，看看今天的力气。

四、量能：放了 63.26 亿

创业板成交额 **4061.79** 亿，量能平稳（4.26%，量比 1.02），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。

成交不温不火，好比**雨落在沙地上**——湿了一层，深不下去。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.02，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

横向记一笔：今日 20 指数同台，创业板指 排在**第 20 位（跌4.37%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

五、指标：绿柱第 14 天

绿柱在放大（昨天 -68.70）。DIF 从昨天的 -174.00 走到 **-186.31**，DEA -148.98。KDJ 这边：K 值 4.14、D 值 6.90、**J 值 -1.39**。K 值 4.14 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 2.69、RSI14 14.40——短线强度偏弱。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399006-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

科创50(000688) 1305.87：下跌 2.78%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

科创50 · 2026/10/22 收盘

1305.87 -2.78%

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 728 亿，较前 5 日均额 0.91% (放量) | 20 日区间 1302.39 ~ 1707.67

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

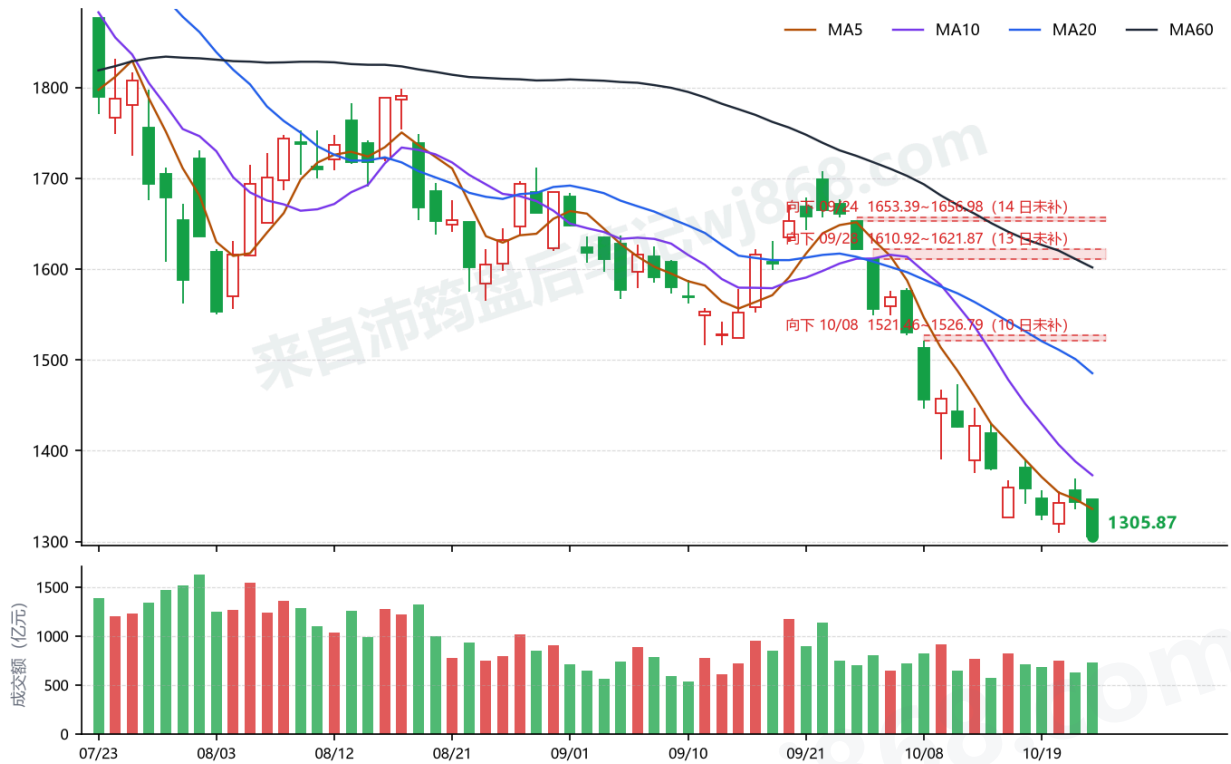
wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日 (周四)。科创50(000688) 收盘定格在 **1305.87**——全天在 **1302.39** 到 **1346.96** 之间走，跌 37.41 个点 (**-2.78%**)，开盘在 **1346.96**。结束了此前连续 2 个交易日的上涨。

全天最高 1346.96、最低 1302.39，收盘离全天最低只差 3.48 个点，收盘收在日内低侧。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

科创50 近 60 个交易日 · 日K线 + 均线系统 + 未补缺口



沛筠盘后笔记 · wj868.com

一、今天的账

项目	数值
开盘	1346.96
最高	1346.96
最低	1302.39
收盘	1305.87
涨跌幅	-2.78% (-37.41 点)
日内振幅	44.57 点 (3.32%)
科创50成分股成交额	728.10 亿
5 日均额	721.52 亿
量比	1.08

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1335.88	下方 30.01
日线 MA10	1373.04	下方 67.17
日线 MA20 (= 布林中轨)	1485.31	下方 179.44
日线 MA30	1516.68	下方 210.81

日线 MA60	1601.79	下方 295.92
日线 MA120	1707.51	下方 401.64
日线 MA250	1545.64	下方 239.77
日线布林上轨	1736.94	下方 431.07
日线布林下轨	1233.68	上方 72.19

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（1335.88）。

三、指标：绿柱第 12 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-70.74	-50.59	-40.29
10/19	-75.83	-55.64	-40.37
10/20	-77.89	-60.09	-35.60
10/21	-78.55	-63.78	-29.54
10/22	-81.16	-67.26	-27.80

绿柱在收窄（昨天 -29.54）。DIF 从昨天的 -78.55 走到 **-81.16**，DEA -67.26。KDJ 这边：K 值 10.11、D 值 12.03、**J 值 6.27**。K 值 10.11 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 12.80、RSI14 23.57——短线强度偏弱。

KDJ 今天死叉了。要说清楚的是，单指标翻空在长历史里没有明显劣势，别急着把它当结论。

图形画完，接下来看有没有真金白银跟上。

四、量能：放了 101.78 亿

科创50成分股成交额 **728.10** 亿，量能平稳（0.91%，量比 1.08），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。价格与成交都没什么起伏，量价一起进入平稳状态。

平量像**平潮时分的海面**——涨落都停了，下一趟浪什么时候来，要看月亮。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.08，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

横向记一笔：今日 20 指数同台，科创50 排在**第 14 位（跌2.78%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

成交的账记完，顺着价格往回翻，找找还没合上的口子。

五、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 8 日（周四）有个向下缺口（**1521.46 ~ 1526.79**），拖了 10 个交易日没补——空档摆在那里，反倒是最省事的参照——它不移动，口径也不会变。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**1610.92 ~ 1621.87**），拖了 13 个交易日没补——空档摆在那里，反倒是最省事的参照——它不移动，口径也不会变。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**1653.39 ~ 1656.98**），拖了 14 个交易日没补——空档摆在那里，反倒是最省事的参照——它不移动，口径也不会变。

有一组历史数据需要交代：沪指三缺口并存的情形出现过 175 次，其中涨跌停制度以来 136 次；制度以来同时未补的缺口最多到过 **6 个**——三缺口并存，算不上历史刻度上的尖峰。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-1000688-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 wj868.com

科创综指(000680) 1549.49：下跌 3.32%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

科创综指 · 2026/10/22 收盘

1549.49 -3.32%

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 2077 亿，较前 5 日均额 -2.75% (缩量) | 20 日区间 1539.02 ~ 2006.15

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日，周四。科创综指(000680) 今天从 **1606.47** 起步，最高摸到 **1606.47**、最低探到 **1548.85**，最后收在 **1549.49**，跌 53.13 个点 (-3.32%)。这是连续第 2 个交易日下跌。

全天最高 1606.47、最低 1548.85，收盘离全天最低只差 0.64 个点；收盘位置——收在日内低侧。

本周此前 3 个交易日累计涨 18.58 个点，今天一天跌回去 53.13 个点——把涨的全吐回去还多跌 34.55 个点。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **1600 点** 整数位。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

科创综指 近 60 个交易日 · 日K线 + 均线系统 + 未补缺口



沛筠盘后笔记 · wj868.com

一、今天的账

项目	数值
开盘	1606.47
最高	1606.47
最低	1548.85
收盘	1549.49
涨跌幅	-3.32% (-53.13 点)
日内振幅	57.62 点 (3.60%)
科创板成交额	2076.92 亿
5 日均额	2135.67 亿
量比	0.98

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1582.09	下方 32.60
日线 MA10	1622.12	下方 72.62
日线 MA20 (= 布林中轨)	1754.83	下方 205.34
日线 MA30	1790.09	下方 240.60

日线 MA60	1866.00	下方 316.51
日线 MA120	2007.21	下方 457.72
日线 MA250	1846.19	下方 296.70
日线布林上轨	2050.48	下方 500.99
日线布林下轨	1459.17	上方 90.32

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（1582.09）。

翻一下位置：MA5 昨天垫在下面，今天压在上面——**同一条均线，两种身份**。

三、量能：放了 126.99 亿

科创板成交额 **2076.92** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-2.75%，量比 0.98）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

横向记一笔：今日 20 指数同台，科创综指 排在**第 18 位（跌3.32%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.98，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

平量像**一台空转的机器**——响着，不产出。

量能定节奏，缺口管地图——看看上下还欠着哪些账。

四、还有 2 道缺口没补

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**1910.24 ~ 1918.87**），拖了 13 个交易日没补——那一带不是一撞就穿的墙，但也很少一次就冲过去。

再往上翻，8 月 19 日（周三）有个向下缺口（**2057.40 ~ 2062.99**），拖了 40 个交易日没补——那一带不是一撞就穿的墙，但也很少一次就冲过去。

缺口的历史样本给了一组参照：十个交易日内回补约占六到七成，中位数三天——把它当参照，别当承诺。

缺口说完了，下面看指标有没有呼应。

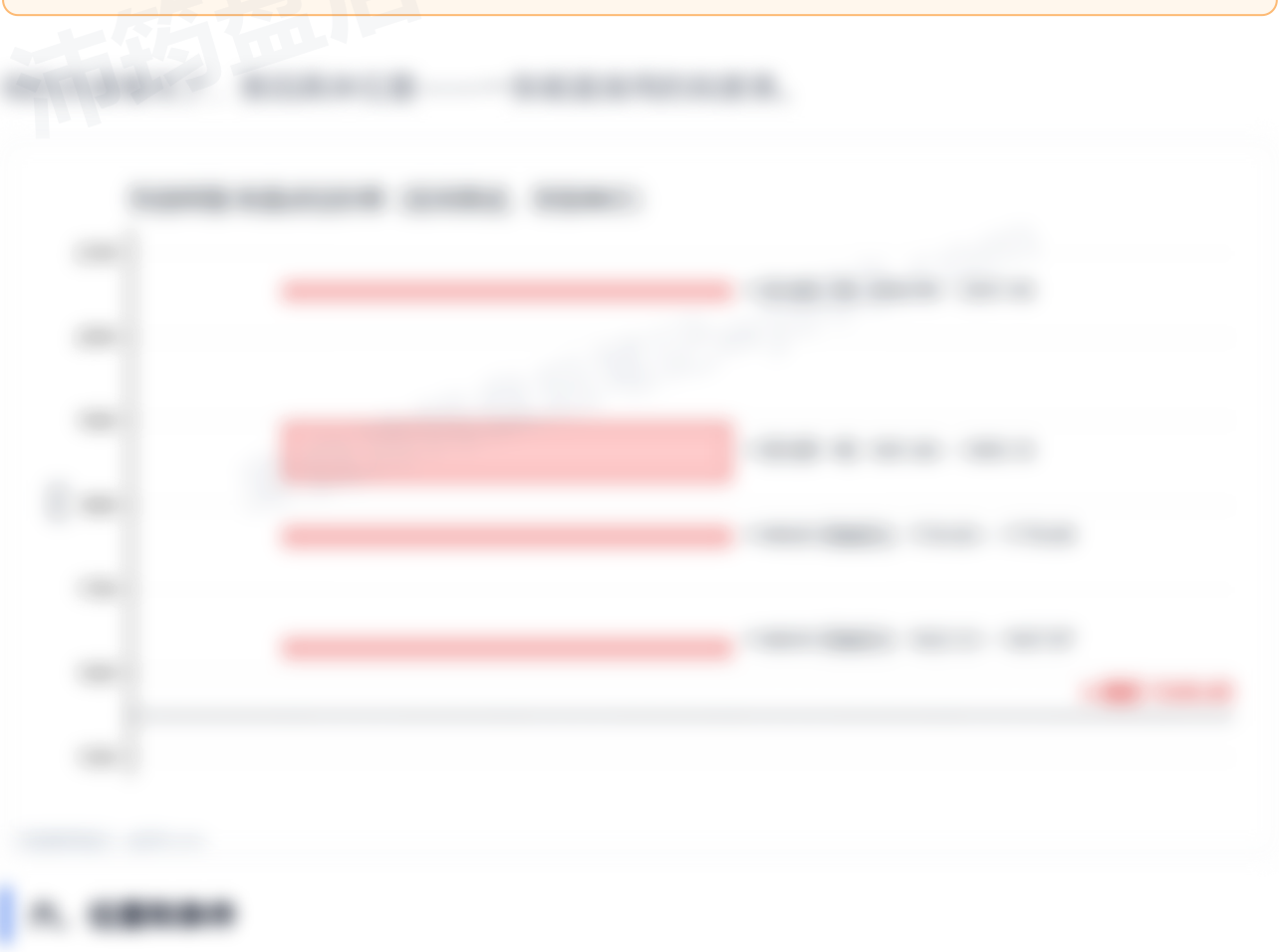
五、指标：绿柱第 12 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-81.65	-54.34	-54.62
10/19	-87.33	-60.94	-52.79
10/20	-88.12	-66.37	-43.49
10/21	-87.83	-70.66	-34.33
10/22	-90.84	-74.70	-32.28

绿柱在收窄（昨天 -34.33）。DIF 从昨天的 -87.83 走到 **-90.84**，DEA -74.70。KDJ 这边：K 值 15.22、D 值 15.45、**J 值 14.76**。K 值 15.22 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 17.82、RSI14 25.19——短线强度偏弱。

今天 KDJ 翻出死叉。历年统计中单指标死叉与随机差别不大，先记下来，看量价配合。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-1000680-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

沪深300(000300) 4036.30：下跌 1.84%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

沪深300 · 2026/10/22 收盘

4036.30 **-1.84%**

五线状态（收盘价相对均线，纯位置记录）

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 4351 亿，较前 5 日均额 6.38%（放量） | 20 日区间 4022.87 ~ 4583.38

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日（周四）。沪深300(000300)开盘 **4110.65**、收盘 **4036.30**——跌 75.63 个点（**-1.84%**）。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 4110.65、最低 4022.87，收盘收在日内低侧。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **4100 点** 整数位。

开盘就比昨天的收盘低 1.28 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

全市场宽度（当日收盘，纯统计）：上涨 450 家、下跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33、跌停 49、炸板 23，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交 1.53 万亿元；领涨 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	4110.65
最高	4110.65
最低	4022.87
收盘	4036.30
涨跌幅	-1.84% (-75.63 点)
日内振幅	87.78 点 (2.13%)
沪深300成分股成交额	4350.84 亿
5 日均额	4089.75 亿
量比	1.04

振幅 2.13%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 4 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	4129.10	下方 92.80

日线 MA10	4191.01	下方 154.71
日线 MA20 (= 布林中轨)	4313.60	下方 277.30
日线 MA30	4384.93	下方 348.63
日线 MA60	4507.78	下方 471.48
日线 MA120	4676.87	下方 640.57
日线 MA250	4655.64	下方 619.34
日线布林上轨	4610.56	下方 574.26
日线布林下轨	4016.65	上方 19.65

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (4129.10) 。

三、量能：放了 471.54 亿

沪深300成分股成交额 **4350.84** 亿，量能平稳 (6.38%，量比 1.04)，买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。价格与成交都没什么起伏，量价一起进入平稳状态。

量能不上不下，好比**走到半山腰的挑夫**——歇着也没轻松，路还得往前走。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.04，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

横向记一笔：今日 20 指数同台，沪深300 排在**第 7 位 (跌1.84%)**；最强的是 **中证银行** (跌0.27%)，最弱的是 **创业板指** (跌4.37%)。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

钱的事翻篇，转去看均线和指标的读数。

四、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-97.72	-76.77	-41.90
10/19	-100.30	-81.47	-37.65
10/20	-102.96	-85.77	-34.38
10/21	-107.08	-90.03	-34.10

10/22	-115.12	-95.05	-40.14
-------	---------	--------	--------

绿柱在放大（昨天 -34.10）。DIF 从昨天的 -107.08 走到 **-115.12**，DEA -95.05。KDJ 这边：K 值 10.10、D 值 13.61、**J 值 3.08**。K 值 10.10 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 5.99、RSI14 16.84——短线强度偏弱。

指标面今天交白卷：金叉死叉皆无，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——维持现状的描述。

均线记完了，把图上没填的位置找出来。

五、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**4176.09 ~ 4214.01**），拖了 5 个交易日没补——那道口子像一道没填平的旧沟——路是通的，车轱辘到那儿总得颠一下。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**4423.82 ~ 4439.14**），拖了 13 个交易日没补——那道口子像一道没填平的旧沟——路是通的，车轱辘到那儿总得颠一下。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**4500.20 ~ 4513.45**），拖了 14 个交易日没补——那道口子像一道没填平的旧沟——路是通的，车轱辘到那儿总得颠一下。

再报一个同类市况的口径：上证历史上这种格局共 175 次；仅 3 次自始至终一个未补，且都是连续向上跳空的行情启动形态（最近一次在 2025 年 8 月）——多数情形够不上「必然」二字，也轮不到「例外」二字。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版: <https://wj868.com/close-1000300-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

上证50(000016) 2724.81：下跌 0.81%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

上证50 · 2026/10/22 收盘

2724.81 **-0.81%**

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 1330 亿，较前 5 日均额 8.11% (放量) | 20 日区间 2709.87 ~ 2911.93

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日 周四，上证50(000016)的收盘账：开 **2750.78** / 收 **2724.81**，跌幅 22.24 个点，**-0.81%**。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 2750.78、最低 2709.87，收盘收在日内低侧。

盘面节奏一句话：盘中最低曾探 **2709.87** (较昨收 -1.35%)，尾盘跌幅有所收窄，收在 **2724.81**。

今日全市场情绪事实 (收盘统计)：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	2750.78
最高	2750.78
最低	2709.87
收盘	2724.81
涨跌幅	-0.81% (-22.24 点)
日内振幅	40.91 点 (1.49%)
上证50成分股成交额	1329.73 亿
5 日均额	1230.03 亿
量比	1.12

振幅 1.49%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 6 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	2756.05	下方 31.24

日线 MA10	2775.67	下方 50.86
日线 MA20（=布林中轨）	2810.97	下方 86.16
日线 MA30	2837.96	下方 113.15
日线 MA60	2880.13	下方 155.32
日线 MA120	2911.48	下方 186.67
日线 MA250	2957.09	下方 232.28
日线布林上轨	2904.39	下方 179.58
日线布林下轨	2717.54	上方 7.27

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (2756.05)，再谈结构修复。

三、指标：绿柱第 15 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-32.14	-26.14	-11.99
10/19	-32.38	-27.39	-9.98
10/20	-32.88	-28.49	-8.79
10/21	-34.39	-29.67	-9.45
10/22	-36.96	-31.13	-11.67

绿柱在放大（昨天 -9.45）。DIF 从昨天的 -34.39 走到 **-36.96**，DEA -31.13。KDJ 这边：K 值 22.75、D 值 26.81、**J 值 14.64**。J 值从昨天 26.46 回落，短线冲劲在退。RSI6 15.36、RSI14 26.74——短线强度偏弱。

两把指标尺今天读数照旧，都没出现交叉，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——这一栏没什么可补充的。

线说的是过去，量才是真金白银。看看今天的成交账。

四、量能：放了 284.15 亿

上证50成分股成交额 **1329.73** 亿，和前五个交易日的均值差不多（8.11%，量比 1.12）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

横向记一笔：今日 20 指数同台，上证50 排在**第 3 位（跌0.81%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

平量像**风停在树梢**——叶子立着，一动不动。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.12，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

把成交合上，看一眼图上哪些位置被一笔带过。

五、还有 2 道缺口没补

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**2835.80 ~ 2842.74**），拖了 13 个交易日没补——这道空档像墙上没补的钉眼——不碍事，可走过去总会看见。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**2874.14 ~ 2881.92**），拖了 14 个交易日没补——这道空档像墙上没补的钉眼——不碍事，可走过去总会看见。

有一组数字需要交代清楚：主要指数的缺口样本中，十个交易日内完成回补的占比在六成至七成之间，半数落在第三天以内。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版： <https://wj868.com/close-1000016-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证500(000905) 6655.25：下跌 2.71%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

中证500 · 2026/10/22 收盘

6655.25 -2.71%

五线状态 (收盘价相对均线，纯位置记录)

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 2538 亿，较前 5 日均额 0.62% (放量) | 20 日区间 6652.78 ~ 7922.62

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10 月 22 日，周四。中证500(000905)开在 **6841.53**，收在 **6655.25**，跌 185.31 个点，**-2.71%**。这是连续第 2 个交易日下跌。

全天最高 6842.87、最低 6652.78，收盘离全天最低只差 2.47 个点；收盘位置——收在日内低侧。

本周此前 3 个交易日累计涨 67.81 个点，今天一天跌回去 185.31 个点——把涨的全吐回去还多跌 117.50 个点。

全市场宽度（当日收盘，纯统计）：上涨 450 家、下跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33、跌停 49、炸板 23，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交 1.53 万亿元；领涨 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	6841.53
最高	6842.87
最低	6652.78
收盘	6655.25
涨跌幅	-2.71% (-185.31 点)
日内振幅	190.09 点 (2.78%)
中证500成分股成交额	2537.93 亿
5 日均额	2522.21 亿
量比	0.97

振幅 2.78%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 5 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	6782.13	下方 126.88

日线 MA10	6908.91	下方 253.66
日线 MA20 (= 布林中轨)	7258.23	下方 602.98
日线 MA30	7399.51	下方 744.26
日线 MA60	7596.97	下方 941.72
日线 MA120	8023.60	下方 1368.35
日线 MA250	7867.27	下方 1212.02
日线布林上轨	8053.36	下方 1398.11
日线布林下轨	6463.10	上方 192.15

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5 (6782.13) 。

先标出一处翻转：MA5 昨天在价格之下，今天在价格之上——**支撑与压力对调了**。

三、量能：放了 109.30 亿

中证500成分股成交额 **2537.93** 亿，和前五个交易日的均值差不多 (0.62%，量比 0.97) ——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。量价同步趋平，两头都没有明显的动作。

平量像**深水静流**——水面看着不动，底下的事情谁也猜不到。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证500 排在**第 13 位 (跌2.71%)**；最强的是 **中证银行** (跌0.27%)，最弱的是 **创业板指** (跌4.37%)。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.97，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

换手看完，接着数图上的空档。

四、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日 (周四) 有个向下缺口 (**6870.95 ~ 6969.02**)，拖了 5 个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

再往上翻，9 月 28 日 (周一) 有个向下缺口 (**7601.09 ~ 7624.07**)，拖了 13 个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

再往上翻，9月24日（周四）有个向下缺口（7774.22 ~ 7781.31），拖了14个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

关于这一页的统计口径：上证三缺口并存的历史样本里，约87%在60个交易日内至少回补一个；中位的首补时间是3个交易日；三个全补的约86%。

缺口这本账翻完，接着看指标有没有跟着表态。

五、指标：绿柱第14天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-237.07	-160.20	-153.75
10/19	-248.88	-177.94	-141.90
10/20	-252.05	-192.76	-118.58
10/21	-251.73	-204.55	-94.35
10/22	-263.39	-216.32	-94.13

绿柱在收窄（昨天 -94.35）。DIF 从昨天的 -251.73 走到 -263.39，DEA -216.32。KDJ 这边：K 值 11.87、D 值 13.81、J 值 8.00。K 值 11.87 已在超卖区。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 13.19、RSI14 21.90——短线强度偏弱。

今天 KDJ 出现死叉。同样的口径：单个指标向下的信息量有限，历史上并不构成明显劣势——先看量价。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版: <https://wj868.com/close-1000905-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

中证1000(000852) 6578.27：收在全天最低，四线全丢

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

中证1000 · 2026/10/22 收盘

6578.27 -2.98%

五线状态（收盘价相对均线，纯位置记录）

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 2913 亿，较前 5 日均额 -0.72%（缩量） | 20 日区间 6578.27 ~ 7852.23

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10月22日（周四）。中证1000(000852) 收盘定格在 **6578.27**——全天在 **6578.27** 到 **6782.90** 之间走，跌 201.99 个点（**-2.98%**），开盘在 **6782.28**。结束了此前连续 4 个交易日的上涨。

全天最高 6782.90、最低 6578.27；收盘位置——**正好压在全天最低点上**。

收盘 **6578.27**，离 6600.00 整数关口只有 21.73 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

本周此前 3 个交易日累计涨 98.32 个点，今天一天跌回去 201.99 个点——把涨的全吐回去还多跌 103.67 个点。

今日全市场情绪事实（收盘统计）：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	6782.28
最高	6782.90
最低	6578.27
收盘	6578.27
涨跌幅	-2.98% (-201.99 点)
日内振幅	204.63 点 (3.02%)
中证1000成分股成交额	2913.37 亿
5 日均额	2934.52 亿
量比	1.01

振幅 3.02%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 6 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	6701.13	下方 122.86

日线 MA10	6829.01	下方 250.74
日线 MA20 (= 布林中轨)	7171.23	下方 592.95
日线 MA30	7299.63	下方 721.36
日线 MA60	7399.18	下方 820.91
日线 MA120	7901.93	下方 1323.66
日线 MA250	7849.07	下方 1270.80
日线布林上轨	7964.08	下方 1385.81
日线布林下轨	6378.37	上方 199.90

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (6701.13)。

值得单独记一笔：MA5 昨天在下方接着价格，今天反手压在上面——**同一条线，位置对调了。**

三、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**6805.19 ~ 6891.60**），拖了 5 个交易日没补——图上留着的这块空，像账本上没划掉的一笔：记账的人心里有数，看账的人也该有数。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**7551.22 ~ 7569.51**），拖了 13 个交易日没补——图上留着的这块空，像账本上没划掉的一笔：记账的人心里有数，看账的人也该有数。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**7725.52 ~ 7730.37**），拖了 14 个交易日没补——图上留着的这块空，像账本上没划掉的一笔：记账的人心里有数，看账的人也该有数。

借这个机会把同类情形的统计说明白：沪指出现三缺口并存之后，中位 **3 个交易日** 出现首次回补；60 个交易日内至少补掉一个的约 87%；把三个全补完的约 86%，中位用时百日以上。

空档记清楚，接下来是当天的成交账。

四、量能：放了 109.31 亿

中证1000成分股成交额 **2913.37** 亿，和前五个交易日的均值差不多（-0.72%，量比 1.01）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证1000 排在**第 16 位（跌2.98%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

成交平平，好比**没开赛的球场**——人坐齐了，哨还没吹。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.01，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

量说完了，下面轮到指标表态。

五、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-213.42	-131.61	-163.62
10/19	-227.90	-150.87	-154.06
10/20	-231.18	-166.93	-128.49
10/21	-230.04	-179.56	-100.98
10/22	-242.65	-192.17	-100.95

绿柱在收窄（昨天 -100.98）。DIF 从昨天的 -230.04 走到 **-242.65**，DEA -192.17。KDJ 这边：K 值 14.63、D 值 16.52、**J 值 10.84**。K 值 14.63 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 17.38、RSI14 25.22——短线强度偏弱。

今天 KDJ 死叉，记一笔。历史统计不支持「单指标死叉 = 卖出」，先看量价再说。

把镜头拉到近 20 日区间（6578.27 ~ 7852.23）：昨天收盘还挂在区间的 15.9% 分位，今天掉到 **0.0%**。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版: <https://wj868.com/close-1000852-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

国证2000(399303) 8719.43：收在全天最低，四线全丢

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

国证2000 · 2026/10/22 收盘

8719.43 -3.20%

五线状态（收盘价相对均线，纯位置记录）

MA5	MA10	MA20	MA60	MA120
下方	下方	下方	下方	下方

量能：成交额 4392 亿，较前 5 日均额 -2.30%（缩量） | 20 日区间 8683.75 ~ 10306.82

来自沛筠盘后笔记 wj868.com

wj868.com · 沛筠盘后笔记

10月22日，周四。国证2000(399303)今天从 **9009.68** 起步，最高摸到 **9014.64**、最低探到 **8719.43**，最后收在 **8719.43**，跌 288.08 个点（**-3.20%**）。结束了此前连续 2 个交易日的上涨。

全天最高 9014.64、最低 8719.43，收盘**正好压在全天最低点上**。

收盘 **8719.43**，离 8700.00 整数关口只有 19.43 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

本周此前 3 个交易日累计涨 133.44 个点，今天一天跌回去 288.08 个点——把涨的全吐回去还多跌 154.64 个点。

今日全市场情绪事实（收盘统计）：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	9009.68
最高	9014.64
最低	8719.43
收盘	8719.43
涨跌幅	-3.20% (-288.08 点)
日内振幅	295.21 点 (3.28%)
国证2000成分股成交额	4391.86 亿
5 日均额	4495.31 亿
量比	0.98

振幅 3.28%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 5 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	8893.20	下方 173.77

日线 MA10	9064.29	下方 344.86
日线 MA20（=布林中轨）	9483.09	下方 763.66
日线 MA30	9620.36	下方 900.93
日线 MA60	9678.31	下方 958.88
日线 MA120	10314.26	下方 1594.83
日线 MA250	10268.30	下方 1548.87
日线布林上轨	10457.46	下方 1738.03
日线布林下轨	8508.71	上方 210.72

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (8893.20)，再谈结构修复。

今天的均线关系里，这一处最值得看：MA5 从脚下升到了头顶——**同一条线，换了位置也换了身份。**

三、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-238.16	-133.06	-210.20
10/19	-260.27	-158.50	-203.52
10/20	-265.07	-179.82	-170.51
10/21	-264.61	-196.78	-135.66
10/22	-284.21	-214.26	-139.89

绿柱在放大（昨天 -135.66）。DIF 从昨天的 -264.61 走到 **-284.21**，DEA -214.26。KDJ 这边：K 值 18.55、D 值 19.67、**J 值 16.33**。K 值 18.55 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 18.60、RSI14 26.94——短线强度偏弱。

KDJ 今天给出死叉。口径同前：单指标向下不构成明显劣势——把它当信号，别当结论。

把镜头拉到近 20 日区间（8683.75 ~ 10306.82）：昨天收盘还挂在区间的 19.9% 分位，今天掉到 **2.2%**。

图呈现的是形，成交透露的是势；形可以画，势装不出来。

四、量能：放了 71.58 亿

国证2000成分股成交额 **4391.86** 亿，量能平稳（-2.30%，量比 0.98），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。价格与成交都没什么起伏，量价一起进入平稳状态。

横向记一笔：今日 20 指数同台，国证2000 排在**第 17 位（跌3.20%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

平量像**匀速行驶的公交**——不快不慢，到不到站要看路况给不给机会。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.98，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

换手的事记完，回头数一数还有几道缺口没填。

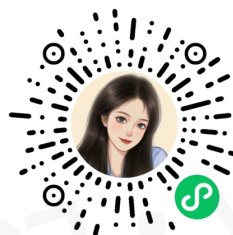
五、还有 2 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（**9046.53 ~ 9157.91**），拖了 5 个交易日没补——拖得越久，这道口子在心理上的分量就越重。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**9973.32 ~ 9987.24**），拖了 13 个交易日没补——拖得越久，这道口子在心理上的分量就越重。

历史口径提一句：指数的跳空缺口，十个交易日内补掉的大约占六七成，动作快的中位 3 天就到——把它当一张地图上的虚线，别当成铁律。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399303-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

中证红利(000922) 5405.75：下跌 1.68%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日，周四。中证红利(000922)今天从 **5496.21** 起步，最高摸到 **5496.21**、最低探到 **5397.45**，最后收在 **5405.75**，跌 92.25 个点（**-1.68%**）。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 5496.21、最低 5397.45，收盘离全天最低只差 8.30 个点，收盘收在日内低侧。

开盘就比昨天的收盘低 1.79 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

收盘 **5405.75**，离 5400.00 整数关口只有 5.75 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

全市场宽度（当日收盘，纯统计）：上涨 450 家、下跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33、跌停 49、炸板 23，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交 1.53 万亿元；领涨 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	5496.21
最高	5496.21
最低	5397.45
收盘	5405.75
涨跌幅	-1.68% (-92.25 点)
日内振幅	98.76 点 (1.80%)
红利成分股成交额	604.72 亿
5 日均额	569.91 亿
量比	1.04

振幅 1.80%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 2 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5532.67	下方 126.92

日线 MA10	5572.72	下方 166.97
日线 MA20（=布林中轨）	5529.46	下方 123.71
日线 MA30	5556.19	下方 150.44
日线 MA60	5554.76	下方 149.01
日线 MA120	5530.19	下方 124.44
日线 MA250	5598.19	下方 192.44
日线布林上轨	5675.71	下方 269.96
日线布林下轨	5383.20	上方 22.55

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（5532.67）。

三、量能：放了 108.51 亿

红利成分股成交额 **604.72** 亿，和前五个交易日的均值差不多（6.11%，量比 1.04）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。对照近期的成交中枢，今天的量能基本贴着常态走。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证红利 排在**第 6 位（跌1.68%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.04，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

平量像**棋盘摆好了没落子**——两边都在看。

钱的账落定，翻到指标这一页接着记。

四、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
10/16	+8.05	-1.81	+19.72
10/19	+11.84	+0.92	+21.85
10/20	+9.27	+2.59	+13.36
10/21	+2.56	+2.58	-0.05
10/22	-10.09	+0.05	-20.27

绿柱在放大（昨天 -0.05）。DIF 从昨天的 +2.56 走到 **-10.09**，DEA +0.05。KDJ 这边：K 值 26.60、D 值 46.38、**J 值 -12.96**。K 值 26.60 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 28.07、RSI14 38.82——短线强度偏弱。

今天没有金叉、也没有死叉，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——两个指标都按兵不动，盘面在自己的节奏里走。

把镜头拉到近 20 日区间（5386.04 ~ 5701.06）：昨天收盘还挂在区间的 35.5% 分位，今天掉到 **6.3%**。

指标说完，翻回价格这一栏——缺口还欠着一个交代。

五、缺口账

最近 60 个交易日没有留下未补的缺口，上下方的阻力都比较干净。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-1000922-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

证券公司(399975) 691.47：下跌 0.58%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日周四，证券公司(399975)的收盘账：开 **697.46** / 收 **691.47**，跌幅 4.00 个点，**-0.58%**。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 700.83、最低 689.85，收盘离全天最低只差 1.62 个点；收盘位置——收在日内低侧。

全市场宽度（当日收盘，纯统计）：上涨 450 家、下跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33、跌停 49、炸板 23，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交 1.53 万亿元；领涨 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	697.46
最高	700.83
最低	689.85
收盘	691.47
涨跌幅	-0.58% (-4.00 点)
日内振幅	10.98 点 (1.58%)
证券板块成交额	213.27 亿
5 日均额	219.67 亿
量比	0.95

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	703.75	下方 12.28
日线 MA10	711.83	下方 20.36
日线 MA20 (= 布林中轨)	718.76	下方 27.29
日线 MA30	728.76	下方 37.29

日线 MA60	745.55	下方 54.08
日线 MA120	751.72	下方 60.25
日线 MA250	790.79	下方 99.32
日线布林上轨	746.77	下方 55.30
日线布林下轨	690.74	上方 0.73

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (703.75) ，再谈结构修复。

三、还有 1 道缺口没补

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（738.22 ~ 738.98），拖了 14 个交易日没补——未补的缺口像一本没结清的账，翻到那一页时，手上的动作通常会慢半拍。

缺口这一页还带一组背景数据：主要指数长历史里，十个交易日内回补的缺口约占六到七成，中位数三天。

图上的欠账记完，换到钱这一页。

四、量能：放了 36.37 亿

证券板块成交额 213.27 亿，量能平稳（-2.92%，量比 0.95），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。成交节拍维持在常速，属于典型的匀速换手。

成交不温不火，像午后没什么客人的铺子——门开着，生意得慢慢等。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，价格重心在下移，量比 0.95，振幅处在近 20 日中间地带，情绪平稳。

横向记一笔：今日 20 指数同台，证券公司排在第 2 位（跌0.58%）；最强的是 中证银行（跌0.27%），最弱的是 创业板指（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

量看完了，接下来是线——两边是不是一个说法。

五、MACD 与 KDJ

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-9.28	-9.66	+0.75

10/19	-9.11	-9.55	+0.87
10/20	-9.80	-9.60	-0.41
10/21	-10.83	-9.84	-1.97
10/22	-11.83	-10.24	-3.18

绿柱在放大（昨天 -1.97）。DIF 从昨天的 -10.83 走到 **-11.83**，DEA -10.24。KDJ 这边：K 值 20.81、D 值 33.03、**J 值 -3.62**。K 值 20.81 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 18.79、RSI14 30.44——短线强度偏弱。

指标这块很安静：金叉死叉都没有，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——维持现状，不加戏。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399975-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证银行(399986) 7670.43: MACD 由红翻绿

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日，周四。中证银行(399986)开在 **7683.02**，收在 **7670.43**，跌 20.99 个点， **-0.27%**。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 7710.19、最低 7590.74；收盘位置——收在日内低侧。

盘面节奏一句话：盘中最低曾探 **7590.74**（较昨收 -1.31%），尾盘跌幅有所收窄，收在 **7670.43**。

收盘 **7670.43**，离 7700.00 整数关口只有 29.57 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	7683.02
最高	7710.19
最低	7590.74
收盘	7670.43
涨跌幅	-0.27% (-20.99 点)
日内振幅	119.45 点 (1.55%)
银行板块成交额	353.01 亿
5 日均额	322.12 亿
量比	1.05

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	7726.51	下方 56.08
日线 MA10	7714.34	下方 43.91
日线 MA20 (= 布林中轨)	7613.55	上方 56.88
日线 MA30	7597.35	上方 73.08

日线 MA60	7446.16	上方 224.27
日线 MA120	7257.77	上方 412.66
日线 MA250	7347.09	上方 323.34
日线布林上轨	7849.95	下方 179.52
日线布林下轨	7377.16	上方 293.27

短中期均线分歧明显：MA20/30/60 还托着，MA5/10 已经压下来，指数卡在成本带的夹缝里，先看两天量能再下结论。

三、量能：放了 90.79 亿

银行板块成交额 **353.01** 亿，和前五个交易日的均值差不多（9.59%，量比 1.05）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。与这段时期的常态成交相比，今天的量能没有明显偏离。

平量的日子，市场像一口没烧开的水——温着，等一个敢把它推过沸点的力量。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证银行 排在第 1 位（跌0.27%）；最强的是 中证银行（跌0.27%），最弱的是 创业板指（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，价格重心在下移，量比 1.05，振幅处在近 20 日中间地带，情绪平稳。

量能这一页翻过去，接着看图上缺的那几格。

四、还有 1 道缺口没补

再往下翻，8 月 19 日（周三）有个向上缺口（7178.95 ~ 7201.29），拖了 40 个交易日没补——到了那一带，先看有没有人接，再看有没有人抢。

这里附上样本统计：主要指数的缺口里，十个交易日内被填上的约六七成，中位三天，剩下的窗口更长。

空档记完，翻到指标这一页对一对。

五、指标：红柱只活了 8 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	+76.08	+66.13	+19.90

10/19	+84.58	+69.82	+29.51
10/20	+84.45	+72.75	+23.41
10/21	+78.89	+73.98	+9.82
10/22	+71.95	+73.57	-3.24

由红翻绿（昨天还是 +9.82）。DIF 从昨天的 +78.89 走到 **+71.95**，DEA +73.57。KDJ 这边：K 值 52.90、D 值 65.79、**J 值 27.13**。J 值从昨天 46.52 回落，短线冲劲在退。RSI6 46.81、RSI14 54.66，都在中性区。

MACD 今天死叉了。要说清楚的是，单指标翻空在长历史里没有明显劣势，别急着把它当结论。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399986-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

国证半导体芯片(980017) 13012.50：下跌 2.43%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日（周四）。国证半导体芯片(980017) 收盘定格在 **13012.50**——全天在 **12929.99** 到 **13399.06** 之间走，跌 324.44 个点（**-2.43%**），开盘在 **13399.06**。结束了此前连续 2 个交易日的上涨。

全天最高 13399.06、最低 12929.99，收盘收在日内低侧。

盘面节奏一句话：盘中最低曾探 **12929.99**（较昨收 -3.05%），尾盘跌幅有所收窄，收在 **13012.50**。

收盘 **13012.50**，离 13000.00 整数关口只有 12.50 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	13399.06
最高	13399.06
最低	12929.99
收盘	13012.50
涨跌幅	-2.43% (-324.44 点)
日内振幅	469.07 点 (3.52%)
芯片板块成交额	881.84 亿
5 日均额	819.72 亿
量比	1.11

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	13280.93	下方 268.43
日线 MA10	13718.27	下方 705.77
日线 MA20 (= 布林中轨)	15037.10	下方 2024.60
日线 MA30	15403.81	下方 2391.31

日线 MA60	16325.07	下方 3312.57
日线 MA120	17729.12	下方 4716.62
日线 MA250	15372.56	下方 2360.06
日线布林上轨	17981.27	下方 4968.77
日线布林下轨	12092.94	上方 919.56

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（13280.93）。

三、量能：放了 180.09 亿

芯片板块成交额 **881.84 亿**，量能平稳（7.58%，量比 1.11），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。换手节奏与平日相当，没有加快也没有放慢。

横向记一笔：今日 20 指数同台，国证半导体芯片 排在**第 11 位（跌2.43%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

平量像**炉子压着火**——底下有温度，锅面上没动静。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.11，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

量能的底子摸完了，回头看看指标这边有没有呼应。

四、指标：绿柱第 12 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-821.69	-583.97	-475.44
10/19	-880.53	-643.28	-474.50
10/20	-911.44	-696.91	-429.05
10/21	-921.50	-741.83	-359.35
10/22	-944.77	-782.42	-324.70

绿柱在收窄（昨天 -359.35）。DIF 从昨天的 -921.50 走到 **-944.77**，DEA -782.42。KDJ 这边：K 值 9.16、D 值 10.78、**J 值 5.91**。K 值 9.16 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上

「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 11.56、RSI14 23.49——短线强度偏弱。

KDJ 今天形成死叉。单指标翻空的信息量有限，长历史里也没有明显劣势——属于观察项。

线看完了，往图上找那些还没合拢的空档。

五、还有 3 道缺口没补

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**16554.61 ~ 16667.23**），拖了 13 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**17001.49 ~ 17065.91**），拖了 14 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

再往上翻，8 月 19 日（周三）有个向下缺口（**18051.98 ~ 18198.91**），拖了 40 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

数据层面交代一笔：沪指三缺口并存之后，首个缺口中位 3 个交易日被回补；三个全补的约占 86%——「开始补」与「补完」是两本账，分开记才不会互相误读。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0980017-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证人工智能(930713) 4924.49：下跌 3.34%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日，周四。中证人工智能(930713)今天从 **5093.38** 起步，最高摸到 **5093.40**、最低探到 **4924.46**，最后收在 **4924.49**，跌 170.16 个点（**-3.34%**）。结束了此前连续 4 个交易日的上涨。

全天最高 5093.40、最低 4924.46，收盘离全天最低只差 0.02 个点；收盘位置——收在日内低侧。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **5000 点** 整数位。

开盘就比昨天的收盘低 1.27 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

本周此前 3 个交易日累计涨 119.83 个点，今天一天跌回去 170.16 个点——把涨的全吐回去还多跌 50.33 个点。

今日全市场情绪事实（收盘统计）：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	5093.38
最高	5093.40
最低	4924.46
收盘	4924.49
涨跌幅	-3.34% (-170.16 点)
日内振幅	168.93 点 (3.32%)
人工智能板块成交额	1063.72 亿
5 日均额	940.73 亿
量比	0.96

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5008.90	下方 84.41
日线 MA10	5131.37	下方 206.88
日线 MA20 (= 布林中轨)	5525.13	下方 600.64
日线 MA30	5638.83	下方 714.34

日线 MA60	5904.82	下方 980.34
日线 MA120	6366.76	下方 1442.27
日线 MA250	5815.44	下方 890.95
日线布林上轨	6412.51	下方 1488.02
日线布林下轨	4637.75	上方 286.74

中短期均线全压在头顶——最近一个月进场的资金平均已被套，均线由支撑翻成压力，反弹得先过它们这一关。头顶最近的是 MA5（5008.90）。

今天最明显的一处变化：MA5 从昨天的下方挪到了今天的上方——**同一个价位，作用完全相反了。**

三、指标：绿柱第 12 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-252.05	-165.40	-173.30
10/19	-266.17	-185.55	-161.23
10/20	-269.35	-202.31	-134.08
10/21	-265.66	-214.98	-101.36
10/22	-273.32	-226.65	-93.34

绿柱在收窄（昨天 -101.36）。DIF 从昨天的 -265.66 走到 **-273.32**，DEA -226.65。KDJ 这边：K 值 15.00、D 值 14.82、**J 值 15.36**。K 值 15.00 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 21.62、RSI14 27.39——短线强度偏弱。

金叉死叉今天都没露头，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——指标这一栏照旧。
线看完了，回头把缺口的效果核一遍。

四、还有 3 道缺口没补

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（**6007.60 ~ 6039.63**），拖了 13 个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。
再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（**6153.41 ~ 6155.61**），拖了 14 个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

再往上翻，8月19日（周三）有个向下缺口（**6260.85 ~ 6343.19**），拖了40个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

这一段多带一句统计：三缺口并存的市况不算罕见，上证出现过175次；60个交易日内至少回补一个的约87%。把它当地图上的注记，别当成行车的时刻表。

未补的口子摆完了，回头看看今天的成交规模。

五、量能：放了136.17亿

人工智能板块成交额 **1063.72** 亿，和前五个交易日的均值差不多（13.07%，量比0.96）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。与这段时期的常态成交相比，今天的量能没有明显偏离。

平量像**温吞的一壶茶**——喝着有味道，却提不起劲。

横向记一笔：今日20指数同台，中证人工智能排在**第19位（跌3.34%）**；最强的是**中证银行**（跌0.27%），最弱的是**创业板指**（跌4.37%）。首尾相差4.10个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比0.96，振幅处在近20日中间地带，**情绪平稳**。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0930713-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证白酒(399997) 6124.00：下跌 1.30%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日（周四）。中证白酒(399997)开盘 **6196.70**、收盘 **6124.00**——跌 80.67 个点（**-1.30%**）。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 6200.34、最低 6100.28；收盘位置——收在日内低侧。

收盘 **6124.00**，离 6100.00 整数关口只有 24.00 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

盘面节奏一句话：盘中最低曾探 **6100.28**（较昨收 -1.68%），尾盘跌幅有所收窄，收在 **6124.00**；收盘跌落 **6200** 点整数位。

开盘就比昨天的收盘低 7.97 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	6196.70
最高	6200.34
最低	6100.28
收盘	6124.00
涨跌幅	-1.30% (-80.67 点)
日内振幅	100.06 点 (1.61%)
白酒板块成交额	114.10 亿
5 日均额	131.51 亿
量比	0.76

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	6287.02	下方 163.02
日线 MA10	6259.02	下方 135.02
日线 MA20 (= 布林中轨)	6216.92	下方 92.92
日线 MA30	6279.81	下方 155.81

日线 MA60	6462.59	下方 338.59
日线 MA120	6610.99	下方 486.99
日线 MA250	7777.83	下方 1653.83
日线布林上轨	6394.49	下方 270.49
日线布林下轨	6039.36	上方 84.64

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (6287.02) 。

三、还有 1 道缺口没补

再往上翻，8 月 17 日（周一）有个向下缺口（6664.22 ~ 6798.66），拖了 42 个交易日没补——价格真走到那一带，别指望一帆风顺。

顺带翻一笔历史账：以主要指数的长历史统计，跳空缺口约六到七成会在 10 个交易日内回补，中位数 3 天——缺口不是必补的债，但也从来不是摆设。

空档记完，换到钱这一栏——多少资金在换手。

四、量能：放了 1.61 亿

白酒板块成交额 114.10 亿，全天比前五个交易日的均值缩了 13.24%（量比 0.76）。价跌量缩、振幅也在收，比放量下跌温和——但它的含义不是「跌不动了」，而是这个位置愿意接的人不多。成交的节拍越来越疏，盘面进入慢速换手的状态。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，价格重心在下移，量比 0.76，振幅处在近 20 日中间地带，情绪平稳。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证白酒 排在第 4 位（跌1.30%）；最强的是 中证银行（跌0.27%），最弱的是 创业板指（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

成交缩下来，好比退潮后的渔港——船都靠在岸上，出海的少。

成交记完，把指标这一栏翻开对一对。

五、指标：红柱连续第 11 天

日期	DIF	DEA	柱
----	-----	-----	---

10/16	-47.10	-74.81	+55.41
10/19	-30.89	-66.02	+70.27
10/20	-20.89	-56.99	+72.22
10/21	-25.29	-50.65	+50.73
10/22	-34.88	-47.50	+25.23

红柱在收窄（昨天 +50.73）。DIF 从昨天的 -25.29 走到 **-34.88**，DEA -47.50。KDJ 这边：K 值 34.49、D 值 50.67、**J 值 2.14**。K 值 34.49 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 33.12、RSI14 40.57——短线强度偏弱。

MACD 与 KDJ 今天都没有翻越动作，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——两把尺子读数一致，指标面没有新故事。

把镜头拉到近 20 日区间（6023.18 ~ 6528.95）：昨天收盘还挂在区间的 35.9% 分位，今天掉到 **19.9%**。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。

A. 重要事项		
日期	事项	备注
2024-03-15	项目启动 - 需求分析	与产品经理沟通需求
2024-03-16	项目启动 - 需求分析	完成需求文档初稿



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399997-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证医药(000933) 7521.10: 下跌 1.96%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日周四，中证医药(000933)的收盘账：开 **7666.74** / 收 **7521.10**，跌幅 150.63 个点， **-1.96%**。这是连续第 2 个交易日下跌。

全天最高 7666.74、最低 7485.43，收盘收在日内低侧。

本周此前 3 个交易日累计涨 131.08 个点，今天一天跌回去 150.63 个点——把涨的全吐回去还多跌 19.55 个点。

开盘就比昨天的收盘低 4.99 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

盘面节奏一句话：盘中最低曾探 **7485.43**（较昨收 -2.43%），尾盘跌幅有所收窄，收在 **7521.10**；收盘跌落 **7600 点** 整数位。

收盘 **7521.10**，离 7500.00 整数关口只有 21.10 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是 电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。



一、今天的账

项目	数值
开盘	7666.74
最高	7666.74
最低	7485.43
收盘	7521.10
涨跌幅	-1.96% (-150.63 点)
日内振幅	181.31 点 (2.36%)
医药板块成交额	355.15 亿
5 日均额	353.09 亿
量比	0.92

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
----	----	------

日线 MA5	7610.29	下方 89.19
日线 MA10	7664.75	下方 143.65
日线 MA20 (=布林中轨)	7750.89	下方 229.79
日线 MA30	7750.28	下方 229.18
日线 MA60	7902.49	下方 381.39
日线 MA120	7725.86	下方 204.76
日线 MA250	8034.87	下方 513.77
日线布林上轨	8016.15	下方 495.05
日线布林下轨	7485.62	上方 35.48

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (7610.29)。

位置变化里最扎眼的一条：MA5 昨天还在脚下当支撑，今天反过来压到头上——**同一条均线，一天之内从垫脚石变成天花板。**

三、还有 1 道缺口没补

再往上翻，8 月 21 日（周五）有个向下缺口（8289.49 ~ 8293.80），拖了 38 个交易日没补——位置记着就好，不必提前站队——价格自己会给出交代。

借这个机会把口径说明白：所谓「缺口会补」的依据是，长历史统计中约六到七成的样本在十个交易日内完成回补，中位三天。

价格自己留的空档记完，回头对照指标有没有呼应。

四、指标：绿柱第 7 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-61.61	-41.01	-41.20
10/19	-65.00	-45.80	-38.39
10/20	-61.48	-48.94	-25.08
10/21	-59.73	-51.10	-17.26
10/22	-69.69	-54.81	-29.74

绿柱在放大（昨天 -17.26）。DIF 从昨天的 -59.73 走到 **-69.69**，DEA -54.81。KDJ 这边：K 值 31.55、D 值 32.62、**J 值 29.40**。J 值从昨天 47.77 回落，短线冲劲在退。RSI6 31.87、RSI14 39.43——短线强度偏弱。

今天 KDJ 死叉出现。口径提示：单一指标向下不足以支撑结论，先看量价配合。

把镜头拉到近 20 日区间（7431.77 ~ 8034.52）：昨天收盘还挂在区间的 39.8% 分位，今天掉到 **14.8%**。

指标是果，成交是因。顺着因果往回走一步。

五、量能：放了 71.79 亿

医药板块成交额 **355.15** 亿，和前五个交易日的均值差不多（0.58%，量比 0.92）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。对照近期的成交中枢，今天的量能基本贴着常态走。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证医药 排在**第 8 位（跌1.96%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.92，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

量能平平，像**阴天的太阳**——亮着，但看不出时辰。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-1000933-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

中证军工(399967) 10518.38: 下跌 2.25%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日，周四。中证军工(399967)开在 **10762.72**，收在 **10518.38**，跌 242.16 个点，**-2.25%**。这是连续第 3 个交易日下跌。

全天最高 10766.77、最低 10499.20，收盘离全天最低只差 19.18 个点，收盘收在日内低侧。

本周此前 3 个交易日累计涨 65.06 个点，今天一天跌回去 242.16 个点——把涨的全吐回去还多跌 177.10 个点。

收盘 **10518.38**，离 10500.00 整数关口只有 18.38 个点——这种位置，整数关是心理线，也是成交密集的地方，先记下这个坐标。

今日全市场情绪事实（收盘统计）：450 家上涨、4811 家下跌、平盘 34 家；涨停 33 家、跌停 49 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；两市成交 1.53 万亿元。领涨方向：电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	10762.72
最高	10766.77
最低	10499.20
收盘	10518.38
涨跌幅	-2.25% (-242.16 点)
日内振幅	267.57 点 (2.49%)
军工板块成交额	359.71 亿
5 日均额	388.66 亿
量比	0.94

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	10725.62	下方 207.24
日线 MA10	10748.67	下方 230.30
日线 MA20 (= 布林中轨)	11105.01	下方 586.63
日线 MA30	11305.50	下方 787.12

日线 MA60	11328.87	下方 810.49
日线 MA120	12247.91	下方 1729.53
日线 MA250	12989.23	下方 2470.85
日线布林上轨	11961.26	下方 1442.88
日线布林下轨	10248.76	上方 269.62

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5 (10725.62) ，再谈结构修复。

有一处值得圈出来：MA5 昨天是支点，今天变成了阻力——一天之内的角色互换。

三、还有 1 道缺口没补

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（11426.05 ~ 11434.94），拖了 13 个交易日没补——空档摆在那里，反倒是最省事的参照——它不移动，口径也不会变。

把历史统计一并放这儿：缺口十个交易日内补掉的大约占六七成，中位 3 天。缺口是图上一处等价的参照位，不是必然偿还的债。

被跳过的价位摆完，回头看看均线在哪儿。

四、指标：绿柱第 15 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-241.68	-154.82	-173.72
10/19	-234.58	-170.77	-127.63
10/20	-228.47	-182.31	-92.31
10/21	-225.30	-190.91	-68.79
10/22	-239.58	-200.64	-77.87

绿柱在放大（昨天 -68.79）。DIF 从昨天的 -225.30 走到 -239.58，DEA -200.64。KDJ 这边：K 值 35.04、D 值 32.75、J 值 39.62。J 值从昨天 58.74 回落，短线冲劲在退。RSI6 31.30、RSI14 35.44——短线强度偏弱。

指标端今天没有事件：金叉死叉均未出现，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——读数停在原处。

线摆完了，接下来问一句最直接的：今天用了多少钱。

五、量能：放了 25.75 亿

军工板块成交额 **359.71** 亿，量能平稳（-7.45%，量比 0.94），买卖双方都按兵不动，这种平量日子看不出方向，跟着后面的点位区间走更实际。换手节奏与平日相当，没有加快也没有放慢。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.94，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

量能不上不下，像**半满的杯子**——再加会溢，再喝就少。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证军工 排在**第 10 位（跌2.25%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。





微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399967-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

沛筠盘后笔记 · wj868.com

中证新能源汽车(399808) 1884.73：下跌 1.99%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10月22日（周四）。中证新能源汽车(399808) 收盘定格在 **1884.73**——全天在 **1882.66** 到 **1922.98** 之间走，跌 38.31 个点（**-1.99%**），开盘在 **1918.27**。这是连续第 9 个交易日下跌。

全天最高 1922.98、最低 1882.66，收盘离全天最低只差 2.07 个点；收盘位置——收在日内低侧。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **1900 点** 整数位。

开盘就比昨天的收盘低 4.77 个点，这个位置之后全天没有回上去过——**昨天的收盘价，成了今天碰不到的天花板。**

换到全市场口径记一笔：涨 450 家 / 跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33 家对跌停 49 家，炸板 23 家，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交额 1.53 万亿元；涨幅居前的是电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	1918.27
最高	1922.98
最低	1882.66
收盘	1884.73
涨跌幅	-1.99% (-38.31 点)
日内振幅	40.32 点 (2.10%)
新能源车板块成交额	672.02 亿
5 日均额	672.59 亿
量比	0.94

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	1956.86	下方 72.13
日线 MA10	2029.03	下方 144.30
日线 MA20 (= 布林中轨)	2120.26	下方 235.53
日线 MA30	2171.39	下方 286.66

日线 MA60	2302.91	下方 418.18
日线 MA120	2609.71	下方 724.98
日线 MA250	2774.39	下方 889.66
日线布林上轨	2353.15	下方 468.42
日线布林下轨	1887.37	下方 2.64

指数被中短期均线整体压制：MA5 到 MA60 全在头顶，意味着这一个月追进去的资金多数已被套，反弹每逼近一条均线都会先遇到解套盘。最近的一道在 MA5 (1956.86) 。

三、量能：缩了 190.64 亿

新能源车板块成交额 **672.02** 亿，和前五个交易日的均值差不多 (-0.09%，量比 0.94)——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。与这段时期的常态成交相比，今天的量能没有明显偏离。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证新能源汽车 排在**第 9 位 (跌1.99%)**；最强的是 **中证银行** (跌0.27%)，最弱的是 **创业板指** (跌4.37%)。首尾相差 4.10 个百分点，分化不小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 0.94，振幅处在近 20 日中间地带，**情绪平稳**。

量能平平的日子像**一面没风的旗**——挂着，但没有方向感。

热闹看完了，把图摊开——哪儿还空着一格，一目了然。

四、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日 (周四) 有个向下缺口 (**2020.30 ~ 2055.85**)，拖了 5 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

再往上翻，10 月 13 日 (周二) 有个向下缺口 (**2133.54 ~ 2148.54**)，拖了 7 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

再往上翻，9 月 24 日 (周四) 有个向下缺口 (**2243.07 ~ 2244.55**)，拖了 14 个交易日没补——「行百里者半九十」——越靠近那一带，越要看成交配不配合。

补一组背景数字：沪指出现这种格局后，三个缺口最终全部回补的约占 **86%**，但全部补完的中位用时超过 **100 个交易日**——开始补得快，补完急不得。

缺口的事记下，接着读指标的刻度。

五、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-79.65	-65.88	-27.54
10/19	-83.69	-69.44	-28.50
10/20	-86.97	-72.95	-28.05
10/21	-93.20	-77.00	-32.40
10/22	-100.07	-81.61	-36.92

绿柱在放大（昨天 -32.40）。DIF 从昨天的 -93.20 走到 **-100.07**，DEA -81.61。KDJ 这边：K 值 5.07、D 值 9.33、J 值 **-3.45**。K 值 5.07 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 4.78、RSI14 14.86——短线强度偏弱。

两个指标今天一致地沉默，没有金叉也没有死叉，DIF 在零轴下方运行，空头环境未解除——状态未变。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版：<https://wj868.com/close-0399808-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新

中证全指(000985) 5154.03：下跌 2.45%

沛筠 · 2026年10月22日 · wj868.com

本文仅为个人学习与模拟复盘笔记，不构成任何投资建议；运营方无证券投资咨询资质，不提供投资顾问或咨询服务；本站及小程序全部内容永久免费，永不开展任何收费活动，亦不推荐任何证券品种。文中点位均为区间化表述，市场有风险，决策需独立判断。请读者与我们共同守住法律底线。

10 月 22 日（周四）。中证全指(000985)开盘 **5283.26**、收盘 **5154.03**——跌 129.47 个点（**-2.45%**）。这是连续第 2 个交易日下跌。

全天最高 5284.06、最低 5149.97，收盘离全天最低只差 4.06 个点；收盘位置——收在日内低侧。

盘面节奏一句话：收盘跌落 **5200 点** 整数位。

全市场宽度（当日收盘，纯统计）：上涨 450 家、下跌 4811 家、平盘 34 家；涨停 33、跌停 49、炸板 23，炸板率 41.1%，最高 5 连板；成交 1.53 万亿元；领涨电机Ⅲ、电机Ⅱ、医美耗材。

一、今天的账

项目	数值
开盘	5283.26
最高	5284.06
最低	5149.97
收盘	5154.03
涨跌幅	-2.45% (-129.47 点)
日内振幅	134.09 点 (2.54%)
全市场成交额	14707.01 亿
5 日均额	14462.01 亿
量比	1.01

振幅 2.54%，排进近 20 个交易日里最宽的一档（近 20 日中第 5 宽）——分歧在盘中已经充分换手。

二、收盘站到了什么位置

参照	数值	收盘位置
日线 MA5	5265.14	下方 111.11

日线 MA10	5356.58	下方 202.55
日线 MA20（=布林中轨）	5561.31	下方 407.28
日线 MA30	5650.48	下方 496.45
日线 MA60	5759.87	下方 605.84
日线 MA120	6050.54	下方 896.51
日线 MA250	6030.91	下方 876.88
日线布林上轨	6040.87	下方 886.84
日线布林下轨	5081.74	上方 72.29

均线图不好看：5 条中短期均线全在头顶排着，等于给反弹设了几道关卡——先过 MA5（5265.14），再谈结构修复。

三、还有 3 道缺口没补

再往上翻，10 月 15 日（周四）有个向下缺口（5333.61 ~ 5399.53），拖了 5 个交易日没补——这道空档像墙上没补的钉眼——不碍事，可走过去总会看见。

再往上翻，9 月 28 日（周一）有个向下缺口（5771.78 ~ 5788.14），拖了 13 个交易日没补——这道空档像墙上没补的钉眼——不碍事，可走过去总会看见。

再往上翻，9 月 24 日（周四）有个向下缺口（5879.26 ~ 5892.40），拖了 14 个交易日没补——这道空档像墙上没补的钉眼——不碍事，可走过去总会看见。

历史口径摆一句：上证出现「60 个交易日内 3 个缺口未补」的情形共 175 次（涨跌停制度以来 136 次），出现之后中位 **3 个交易日**就能见到第一个缺口回补，约 87% 的情形会在 60 个交易日内先补掉一个。

缺口的事说到这儿，下面看今天的量。

四、量能：放了 905.71 亿

全市场成交额 **14707.01 亿**，和前五个交易日的均值差不多（1.69%，量比 1.01）——多空都没使全力，市场在等一个放量表态的时刻。

成交平平，好比**站台上还没来车**——等候的人不少，出发的一个没有。

横向记一笔：今日 20 指数同台，中证全指 排在第 **12 位（跌2.45%）**；最强的是 **中证银行**（跌0.27%），最弱的是 **创业板指**（跌4.37%）。首尾相差 4.10 个百分点，分化不

小。

情绪面记一笔：今天的高低点双双低于昨天，**价格重心在下移**，量比 1.01，振幅排进近 20 日最宽的一档，**盘中分歧充分**，该换手的筹码都换过手了。

钱的账记完，回到线这边：慢指标有没有跟上节奏。

五、指标：绿柱第 14 天

日期	DIF	DEA	柱
10/16	-137.11	-92.90	-88.42
10/19	-145.03	-103.33	-83.40
10/20	-148.43	-112.35	-72.17
10/21	-151.25	-120.13	-62.24
10/22	-162.06	-128.52	-67.09

绿柱在放大（昨天 -62.24）。DIF 从昨天的 -151.25 走到 **-162.06**，DEA -128.52。KDJ 这边：K 值 10.59、D 值 13.72、**J 值 4.32**。K 值 10.59 已在**超卖区**。提醒一句：超卖只是「跌得急」的状态描述，不构成买入依据——教科书爱把它当买点，但历史上「超卖之后金叉」的表现并不比随机好。把它当温度计，别当信号灯。RSI6 8.85、RSI14 20.04——短线强度偏弱。

今天 KDJ 出现死叉。同样的口径：单个指标向下的信息量有限，历史上并不构成明显劣势——先看量价。

把镜头拉到近 20 日区间（5149.97 ~ 5973.79）：昨天收盘还挂在区间的 16.2% 分位，今天掉到 **0.5%**。

以下为深度分析部分，已按规则做模糊处理。进入「沛筠盘后笔记」小程序可免费阅读完整内容（解锁方式见下方二维码）。



微信扫码 · 进入小程序免费阅读本篇全文

来自公众号：沛筠 · 网站沛筠盘后笔记 wj868.com · 本篇在线版： <https://wj868.com/close-1000985-20261022/> · 本合集每日收盘后
自动更新