



# 华鑫期货每日晨报

2026年7月22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、多名美方高级官员称，美国总统特朗普预计在未来数日内决定是否扩大对伊朗的军事行动并恢复“全面作战行动”。若特朗普决定恢复对伊朗全面作战行动，其强度和范围将远超美军近日对伊朗发动的袭击，以色列很可能参与其中。特朗普表示，美国“很快”将对伊朗位于纳坦兹以南的“镐山”地下设施发动打击，而且打击力度将“非常猛烈”。特朗普同时警告称，如果也门胡塞武装封锁红海，美国将采取行动。伊朗军方表示，若美军攻击伊朗核设施，中东地区美方利益都将遭到报复。
- 2、美国贸易代表贾米森·格里尔在接受媒体采访时暗示，美国联邦政府将很快出台新的关税政策以替代即将到期的10%全球进口关税。格里尔表示，现在无法给出新关税政策出台具体时间点，政策在正式宣布前还需向国会和其他利益攸关方通报。
- 3、公募基金2026年二季报披露完毕，前十大重仓股大洗牌。寒武纪、北方华创、兆易创新、源杰科技、中微公司、三环集团六只个股新晋前十大重仓股，腾讯控股、贵州茅台、紫金矿业、阿里巴巴-W、药明康德、立讯精密退出前十大重仓股。中际旭创继续稳坐“头把交椅”，新易盛、东山精密、宁德时代仍位居前十大重仓股。

### 资本市场

#### 1、A股与港股市场（按前结算价）

周二A股V型反弹，上证指数收涨1.79%报3864.37点，深证成指涨4.81%，创业板指涨7.05%，科创50涨10.73%，万得全A涨3.44%，市场成交额2.97万亿元。盘面上，半导体、算力硬件产业链掀涨停潮，医药股深度下挫，油气、煤炭、电力、银行等板块调整。

恒生指数收跌0.04%报25132.29点，恒生科技指数涨1.32%，恒生中国企业指数跌0.25%。大模型概念股领涨，智谱暴涨近37%。半导体、有色、化工板块涨幅居前。南向资金净买入71.67亿港元，华虹宏力、中芯国际、智谱、长飞光纤光缆均获加仓超10亿港元。

#### 2、美股、美债与美元

美国三大股指全线收涨，道指涨0.74%报52224.64点，标普500指数涨0.89%报7509.2点，纳指涨1.29%报25837.21点。存储芯片股强势反弹，费城半导体指数大涨5.21%，闪迪涨超14%



，SK海力士涨超13%。万得美国科技七巨头指数涨0.09%，特斯拉涨超2%，英伟达涨近2%。SpaceX涨超3%。纳斯达克中国金龙指数跌0.68%，华住集团跌超3%，网易跌逾3%。

美债收益率多数下行，2年期美债收益率跌0.01个基点报4.037%，3年期美债收益率跌0.84个基点报4.01%，5年期美债收益率跌1.4个基点报4.073%，10年期美债收益率涨0.97个基点报4.290%，30年期美债收益率涨0.67个基点报4.588%。

纽约尾盘，美元指数涨0.24%报101.21，非美货币多数下跌，欧元兑美元跌0.14%报1.1398，英镑兑美元跌0.42%报1.3375，澳元兑美元跌0.04%报0.6996，美元兑日元涨0.43%报163.20，美元兑瑞郎涨0.32%报0.8129，离岸人民币对美元涨3个基点报6.7689。

## ■ 商品相关信息

美油主力合约收涨 2.5%，报 84.54 美元/桶；布油主力合约涨 2.71%，报 91.64 美元/桶。中东地区地缘冲突持续升级，美伊互相攻击升级导致霍尔木兹海峡航运通行量大幅锐减，也门胡塞武装宣布对沙特实施海上封锁，红海以及曼德海峡运输安全风险抬升，俄罗斯黑海沿岸石油码头遇袭也出现供应中断，多条全球核心原油运输通道同时承压，原油供应担忧明显升温。

伦敦基本金属多数上涨，LME期锡涨2.32%报54105.0美元/吨，LME期铜涨2.08%报13905.5美元/吨，LME期镍涨1.01%报17100.0美元/吨，LME期锌涨0.80%报3548.0美元/吨，LME期铝涨0.68%报3161.5美元/吨，LME期铅跌0.59%报1868.0美元/吨。

## ■ 策略参考和回顾

### 【期指和期债】

大盘：昨日 A 股市场迎来探底回升的暴力反攻行情，主要指数全线飘红。其中，上证指数收涨 1.79%报 3864.37 点，深证成指大涨 4.81%报 14264.29 点，创业板指飙升 7.05%报 3685.97 点，科创 50 更是创下年内最大单日涨幅，大涨 10.73%。全天沪深两市成交额达 2.96 万亿元，较上一交易日放量约 2550 亿元。全市场超 3100 只个股上涨，涨跌比约为 3107:2301，涨停 121 只，跌停 27 只，市场情绪显著回暖。板块方面呈现明显的结构性分化。科技成长股全面爆发，半导体产业链全线走强，板块整体大涨 11.71%，CPO、PCB、算力租赁及电子化学品等概念亦表现强劲；而油气开采、煤炭、银行及医药商业等传统板块则出现调整，资金从防御性板块向科技成长板块切换的特征明显。宽基 ETF 热度延续，成交持续放量，成为本轮资金布局的核心标的。全市场宽基 ETF 全天成交额增至 1540.51 亿元，占全市场股票型 ETF 总成交额的近三成。三大龙头产品稳居成交榜首。其中，科创 50ETF 华夏单日成交额达 173.22 亿元，创业板



ETF 易方达、沪深 300ETF 华泰柏瑞分别达 152.66 亿元和 128.95 亿元，三者合计成交超 450 亿元。此外，中证 500ETF、中证 1000ETF 交投同样活跃，单日成交额双双突破 87 亿元。

期指：中证 500（IC）主力合约大涨 6.71%，中证 1000（IM）主力合约涨 5.68%，沪深 300（IF）主力合约涨 3.40%，上证 50（IH）主力合约涨 2.32%，中小盘指数期货弹性显著强于大盘蓝筹。

期债：国债期货受资金面平稳带动小幅收涨，30 年期主力合约涨 0.11%，10 年期主力合约涨 0.05%，5 年期主力合约涨 0.05%，2 年期主力合约涨 0.01%。整体来看，增量资金进场态度明确，市场信心得到有效提振。

美股：美国三大股指全线收涨，道指涨 0.74%，标普 500 指数涨 0.89%，纳指涨 1.29%。特斯拉涨超 2%，英伟达涨近 2%。SpaceX 涨超 3%。存储芯片股强势反弹，费城半导体指数大涨 5.21%，闪迪涨超 14%，SK 海力士涨超 13%。

分析：A 股大幅上涨是前期超跌后的技术性修复与情绪共振，短期有向上惯性。但若量能无法维持高位，易现冲高回落的分化行情。后期关注三点：1）成交量能否持续放大，若迅速缩量将导致普涨转向分化。2）政策托底力度，监管层稳市措施及央行流动性支持能否持续落实。3）外部风险与业绩兑现，需观察海外风险冲击是否边际收敛，以及 8 月中报能否兑现高增长预期。

【有色】夜盘交易时段，除沪铅以外，其他有色均上涨。沪铜高开高走，主力 9 月合约收 106600，较昨日收盘上涨 1200，持仓总量增加超过 2 万手；同期沪铝、沪锌、沪镍和沪锡同步上涨，而沪铅走势较为独立，延续弱势。近期上期所铜仓单、铜社会库存和伦敦库存持续下降，同期洋山港进口溢价持续走高，均反映出目前铜供给偏紧，在宏观背景如股市和流动性改善的背景下，铜价处于易涨难跌的局面。白天盘关注 A 股表现对有色特别是铜锡等的影响。

【贵金属】昨日夜盘，沪金主力收 891.14，涨幅为 1.36%，沪银主力收 14421，涨幅为 3.01%。美伊冲突再起，原油走强引发通胀担忧，美债遭遇抛售，美元指数走强、重回 101 关口，2 年期美债收益率走高 5.7 基点，10 年期美债收益率突破 4.60%至约 4.63%长端创两个月新高，30 年期升至约 5.13%。隔夜半导体链全面强反弹，科技再次领涨。我们认为，ai 半导体叙事仍然延续，通胀确实存在。从美科技股来看，美科技企业大幅发债或持续推升利率中枢需求，对贵金属施压。联储沃什任职以来首次国会听证中，坚持了鹰派基调，年内对加息一次的定价仍未消散，目前外部局势多变的背景下，黄金建议短期观望。我们仍维持之前的观点，



黄金目前仍缺乏完备的上行逻辑。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】周二夜盘螺纹热卷铁矿焦炭震荡收跌，焦煤弱反弹。宏观方面，美联储鹰派集体发声，加息预期升温。产业方面，上周 Mysteel 数据显示五大品种钢材总产量为 825.82 万吨，环比减少 21.21 万吨，各品种产量均有不同幅度缩减。其中螺纹周产量环比减少 4.06%至 196.84 万吨，线材产量环比减少 4.15%，热卷产量环比减少 2.15%至 297.48 万吨。上周钢材需求未见进一步恶化迹象，总库存止增转降，或对市场情绪有所支撑。据 Mysteel 数据显示，上周五大钢材周度库存环比减少 17.86 万吨至 1616.06 万吨，螺纹总库存环比减少 7.6 万吨至 692.48 万吨。五大钢材周度表需环比增加 7.52 万吨至 843.68 万吨，其中螺纹表需环比增加 9.47 万吨，热卷表需环比减少 0.37 万吨。钢厂主动减产。焦炭开启第一轮提降。炼焦煤下游按需采购，价格偏弱。9-10 月是钢材消费旺季。预计短期钢价震荡运行。

【农产品】夜盘粕强油弱，双粕延续强势。受加菜籽播种面积创历史新高的影响，AAFC 上调加拿大 2026/27 年度油菜籽产量预估至 2100 万吨，上月预估为 1920 万吨。菜油市场从高位回落，关注后续全球菜籽产区天气情况变化。马棕油出口数据不佳，棕榈油受产地基本面持续疲软的压制，延续弱势。虽然厄尔尼诺对棕榈油远期存在减产担忧，但短期基本面压力显著，预计短期内震荡偏弱。美豆出口预期好转叠加产区天气不确定性，CBOT 大豆延续震荡偏强走势，从进口成本端支撑国内双粕价格。但国内豆粕持续累库及现货贴水制约上方空间，整体震荡偏强但不宜追高，关注美豆产区天气情况变化。



## 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。

陈张晴

期货从业资格：F03133806

投资咨询资格：Z0024295

邮箱：chenzq@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

