

## 曾自曝1天带货2点3亿的网红患焦虑症

黑子网报道最近，一则关于网红“彩虹夫妇”的消息在网上炸开了锅。这对千万粉丝的带货顶流，曾在2022年自曝一天直播卖出23亿元，净赚400多万元，羡慕无数网友。可谁能想到，光鲜亮丽的背后，竟藏着如此沉重的心理负担。2025年8月6日，彩虹夫妇中的妻子孙彩虹在社交平台发布视频，语气沉重地说：“昨晚老公去住院了，焦虑症又犯了。”她坦言，丈夫已经吃了四个月的抗焦虑药，起初效果还不错，但最近一个月病情复发，伴随全身疼痛和长期失眠，日子过得异常煎熬。

这条视频迅速引发热议，网友们既震惊又感慨：原来风光的网红生活，也逃不过心理健康的“紧箍咒”。孙彩虹在视频里回忆，夫妻俩早年生活拮据，住过8平米的出租屋，蟑螂满地爬，日子苦不堪言。那时候，他们一心想赚钱，觉得有钱就能解决一切烦恼。从端盘子、发传单到摆摊做销售，夫妻俩一步步打拼，终于成为千万粉丝的带货顶流。据第三方数据，2023年他们直播362场，场均销售额250万到500万，2024年191场，场均500万到750万，两年总计带货约32亿元。

这样的成绩，堪称直播界的“神话”。可孙彩虹却说，钱赚到了，烦恼却没少，反而更多了。她感叹，丈夫以前没工作时焦虑，如今事业有成还是焦虑，甚至比过去更严重。她在视频最后劝粉丝：“别羡慕任何人，有钱人的烦恼比你想象的多。”这不是个例。报道显示，近年来，超过60的头部网红公开承认有心理问题。直播行业的“全年无休”、数据压力和恶评攻击，像一座座大山，压得人喘不过气。彩虹夫妇的遭遇，让人们开始关注网红行业的另一面：高收入背后，是24小时待机的焦虑。

孙彩虹提到，丈夫的焦虑症有时会“躯体化”，身体疼痛到难以忍受，甚至需要住院治疗。网友们看了既心疼又无奈，有人留言：“赚再多钱，买不来健康和安宁。”还有人感慨：“原来有钱人也有这么多烦恼，普通人至少还能睡个好觉。”彩虹夫妇的故事，也让直播行业的现状浮出水面。业内人士分析，网红们要维持高流量，必须不断创新内容，时刻担心数据下滑，害怕被平台“抛弃”。加上粉丝的期待和网络上的恶评，心理压力可想而知。另一位网红“千惠”也曾分享，自己因长期焦虑导致心脏早搏、手抖等症状，日常生活都受影响。

这些案例让人不禁思考：直播行业的蓬勃发展，到底给从业者带来了什么？孙彩虹在视频里还分享了一些感悟，她说：“人这辈子是公平的，你得到多少，就要承受多少。”她呼吁大家珍惜当下，简单生活才是真。这番话引发了不少共鸣，有网友表示：“看他们赚钱多，羡慕得不行，现在才知道，钱多不一定快乐。”还有人提到，彩虹夫妇的经历提醒大家，心理健康比赚钱更重要。有专家建议，网红们可以尝试设定“无数据时间”，每天留出几小时不看后台数据，或者通过运动、冥想来缓解压力。

这事还引发了对行业监管的讨论。2022年彩虹夫妇自曝带货23亿后，税务部门曾介入调查，显示公众对网红收入透明度的关注。如今，他们的焦虑症事件，又让人们呼吁平台和机构为网红提供心理支持。比如，抖音推出的“创作者心理热线”，快手的“强制休息机制”，都被认为是值得推广的举措。彩虹夫妇的故事，像一面镜子，照出了网红行业的光鲜与辛酸。他们的经历告诉我们，成功不只看收入，更要看内心的平静。正如孙彩虹在视频里说的：“能睡个好觉，已经是很多人羡慕的对象了。”

希望他们能早日走出阴霾，也希望这个行业能给从业者更多关怀，让大家在追逐梦想的同时，也能活得轻松点。

原文链接：<https://hz.one/baijia/1天带货2点3亿的网红患焦虑症-2508.html>

PDF链接：<https://hz.one/pdf/曾自曝1天带货2点3亿的网红患焦虑症.pdf>

官方网站：<https://hz.one/>