

圆桌起名 · 年度观察

2025 年中国新生儿姓名趋势分析报告

姓氏格局 · 热门轮换 · 用字接力 · 审美意象

泽沐锦
辰汐安

字形 · 读音 · 意象

2025 年中国新生儿姓名趋势分析报告

来源：圆桌起名 | 2026 年 5 月

孔子说“名正则言顺”。姓名是中国传统文化传承的一部分，是人们血脉相继的核心纽带，是文化与个人身份识别的标识，也是理想信念与美好期待的表达。

圆桌起名结合历年姓名登记信息、近年新生儿姓名数据，以及平台匿名化查询、生成偏好和问卷反馈，推出本份 2025 年中国新生儿姓名趋势分析报告。报告重点观察热门名字如何轮换、热门用字如何延续，以及近年姓名审美的主要变化方向。

说明：本报告重点分析 2019–2025 年新生儿姓名变化。由于近年全国层面的姓名数据发布减少，报告结合多地公开信息补充近年变化，重点观察名字轮换、用字接力和审美迁移。

一、姓氏格局：头部稳定，地域差异清晰

从全国姓氏格局看，王、李、张、刘、陈长期位居前列，构成中国姓名人口分布中最稳定的头部。

姓氏变化通常慢于名字变化，短期内不会像热门名那样快速轮换。它更像姓名系统中的“底盘”：头部大姓稳定，中后段姓氏数量庞大，地域分布差异清晰。

按公开姓名数据统计，2020 年全国户籍人口数量最多的前五个姓氏为王、李、张、刘、陈，五姓合计人口规模超过 4 亿。前 100 个姓氏覆盖了全国绝大多数人口，也构成了新生儿姓名重复感和地域识别感的重要背景。

排名	姓氏
1-10	王、李、张、刘、陈、杨、黄、赵、吴、周
11-20	徐、孙、马、朱、胡、郭、何、林、高、罗
21-30	郑、梁、谢、宋、唐、许、韩、冯、邓、曹
31-40	彭、曾、肖、田、董、袁、潘、于、蒋、蔡
41-50	余、杜、叶、程、苏、魏、吕、丁、任、沈
51-60	姚、卢、姜、崔、钟、谭、陆、汪、范、金
61-70	石、廖、贾、夏、韦、傅、方、白、邹、孟
71-80	熊、秦、邱、江、尹、薛、闫、段、雷、侯
81-90	龙、史、陶、黎、贺、顾、毛、郝、龚、邵
91-100	万、钱、严、赖、覃、洪、武、莫、孔、汤

姓氏格局：稳定的头部，清晰的地域

王、李、张、刘、陈长期居前；不同地区第一大姓体现人口迁徙和地域结构。

第一大姓	对应省份/地区	分布特征
王	北京、天津、河北、山西、内蒙古、辽宁、吉林、黑龙江、江苏、安徽、山东、河南、海南、陕西、甘肃、新疆	覆盖省份最多
李	湖北、湖南、重庆、四川、云南	西南及中部较突出
陈	浙江、福建、广东	东南沿海集中
张	上海	直辖市样本
刘	江西	区域第一大姓
杨	贵州	西南地区样本
黄	广西	华南地区样本
马	青海、宁夏	西北地区样本

注：根据公开姓名报告整理；西藏自治区因姓名登记特点未纳入该项姓氏统计分析。

图 1：部分第一大姓的地域分布。

地域分布上，姓氏结构整体稳定，但第一大姓差异清晰。王姓覆盖省份最多，体现头部大姓的全国性分布；李姓在西南及中部多个省份较突出；陈姓在东南沿海更集中，地域辨识度更强；杨、黄、马分别对应贵州、广西、青海和宁夏，体现更明显的地方性。

这些差异反映了人口迁徙、历史积累和区域文化结构。

二、2019-2025：热门名字变化趋势

2019–2022 年，新生儿热门名字已经出现明显换代。男孩名从“浩宇、浩然、宇轩”转向“奕辰、沐宸、瑞泽、瑞霖”，女孩名从“一诺、依诺、欣怡”转向“若汐、艺涵、玥、昕玥”。

用字变化同样清晰：“梓、子、宇、轩、涵、诺”逐步回落，“泽、辰、瑞、玥、沐、汐”明显增强。

连续看 2019–2025 年，姓名趋势的重点从年度榜首延伸到热门用字的组合变化。

早期热门名提供了“宇、轩、梓、涵、诺”等基础字组，随后“泽、辰、瑞、玥”成为承接字组，“沐、汐、锦、桐、瑶”继续进入新的组合。完整名字在轮换，高频字则在不同年份中持续重组。

2019-2025：热门名字延续与换代

重点看热门名字如何换代，以及高频字如何在不同年份接力。

年份	年度特征	男孩信号	女孩信号	高频字/结构	变化线索
2019	旧热名高位 梓、子仍强	浩宇、浩然、宇轩 空间感、轩昂感突出	一诺、依诺、欣怡 “诺/怡/涵”稳定	宇、梓、子、涵、诺 旧字组稳定	旧热名高位
2020	“辰”字上升 辰、宇并行	奕辰、宇轩、浩宇 辰、宇并行	一诺、依诺、欣怡 女孩榜首稳定	辰、宇、梓、语、桐 语、桐出现	“辰”上升
2021	沐汐入场 自然意象增强	沐宸、浩宇、沐辰 “沐+宸/辰”显著	若汐、一诺、艺涵 “汐”进入核心	泽、梓、宇、沐、汐 自然意象增强	沐汐入场
2022	泽辰瑞玥增强 旧热与新热并存	瑞泽、瑞霖、子屹、宇轩 泽、辰、瑞集中	玥、昕玥、心玥、欣怡 玥字显著增强	泽、辰、瑞、玥、瑶 旧热与新热并存	承接节点
2023	旧热元素保留 单字轮换继续	宇轩、梓轩、俊宇、梓睿 宇轩仍高位	芷晴、可昕、梓晴 晴、昕延续	轩、宇、梓、晴、玥 旧字组未消失	旧热保留
2024	沐字扩散 组合模板稳定	沐辰、璟泽、瑞泽 前三高度重合	汐玥、沐瑶、沐妍 沐/汐/玥同场	沐、辰、泽、汐、玥 组合模板稳定	沐字扩散
2025	锦桐上升 新旧字组并行	锦程、沐宸、铭泽 锦、泽并见	雨桐、书瑶、沐瑶 桐、瑶延续	锦、程、雨、桐、沐、泽 新旧字组并行	

图 2：2019–2025 热门名字延续与换代。

2022 年尤其关键。男孩名中，“瑞泽、瑞霖、子屹、宇轩、沐宸”更突出；女孩名中，“玥、昕玥、心玥、欣怡、雨桐”更突出。

常用字层面，“泽、辰、瑞、玥、瑶、妍”等明显增强。与此同时，“宇轩、梓晴、梓涵、欣怡、雨桐”等名字或用字仍在前列，热门名字呈现旧热名延续、新热字扩展的并行状态。

三、2022-2025：热门名字与高频字接力

2023–2025 年，热门名字的变化继续沿着流行字和流行结构迁移展开。2023 年仍可看到“宇轩、梓轩、梓睿、芷晴、梓晴”等旧热元素；2024 年“沐辰、璟泽、瑞泽”“汐玥、沐瑶、沐妍”等高度接近的组合明显增多；2025 年“锦程、雨桐”登顶，“锦”成为新的高频信号。

2022-2025：热门名字变化

热门名字在换，核心用字在接力。

年份	男孩名字	女孩名字	突出用字	连续含义
2022	瑞泽、瑞霖、子屹、宇轩 奕辰、沐宸、星辰、锦瑞	玥、昕玥、心玥、欣怡 雨桐、沐瑶、梓晴、诗玥	泽、辰、瑞、玥 瑶、汐、桐、涵	泽辰瑞玥承接上一阶段
2023	宇轩连续高位 梓轩、俊宇、梓睿仍在前列	芷晴、可昕、梓晴 “玥”仍为突出单字	宇、轩、梓、晴 玥、昕	旧热元素保留 单字轮换继续
2024	沐辰、璟泽、瑞泽 浩宇、星辰、瑞泽、沐宸	汐玥、沐瑶、沐妍 昕玥、钰涵等继续出现	沐、辰、泽、汐 玥、瑶、涵	沐字进入多组 热门名结构
2025	锦程登顶，沐宸、铭泽热门 泽、沐仍保持可见度	雨桐登顶，书瑶、沐瑶热门 桐、瑶回到前列	锦、程、雨、桐 沐、泽、瑶	锦桐上升 沐泽并行

核心变化：泽辰瑞玥承接上一阶段，沐汐持续扩散，锦桐在 2025 年上升。

图 3：2022–2025 热门名字变化。

从连续变化看，近年姓名有两个特点值得注意。其一，相似名字组合增加：2024 年男孩名集中在“沐辰、璟泽、瑞泽”附近，女孩名集中在“汐玥、沐瑶、沐妍”附近。

其二，同一流行字会跨年份延续。“沐”在 2021 年进入高频字前列，2022 年继续出现在热门名中，2024 年进一步扩散。

到 2025 年，“锦程、雨桐、沐宸、书瑶、铭泽、沐瑶”等名字更突出。“沐、泽”仍有延续性，“锦、桐、瑶”进入更高位置。

姓名流行由此从“少数完整名字长期占据前列”，转向“多个高频字在不同组合中轮换”。同一个字可以进入不同性别、不同风格的名字中，形成比单个爆款名更分散、也更持久的流

行层。

2025 年姓名趋势的核心线索，是热门字持续获得组合能力。“泽、辰、瑞、玥”承接上一阶段，“沐、汐、玥、瑶”推动自然意象和柔和音节扩散，“锦、桐、瑶、泽”则显示前程祝福、植物意象和旧热字正在并行。

这种轮换还带来一个结果：热门名字的集中度开始从“完整姓名集中”转向“关键字集中”。也就是说，单个名字可能很快退到后位，但它包含的字仍会保留在新的名字组合中。姓名热度因此变得更隐蔽，也更容易在不同组合之间延续。

四、热门用字变化：高频字如何重组

年度第一名只能呈现名字变化的表层。拆开热门名字观察，趋势更接近一组高频字在不同年份之间不断重组。2019–2021 年，“宇、梓、子、涵、诺、辰、沐、泽、汐、桐”等字反复出现；2022 年“泽、辰、瑞、玥”明显增强；2024–2025 年，“沐、汐、锦、泽、辰”继续出现在热门组合中。

从性别结构看，热门字仍有一定倾向。男孩名更常见“宇、轩、辰、宸、泽、瑞、锦、程”等偏空间、时间、志向和前程的字；女孩名更常见“玥、汐、瑶、桐、妍、晴、涵、诺”等偏自然、玉石、柔和音节和情感表达的字。

这种分野并非固定边界。近年“沐、泽、辰、桐”等字在不同性别名字中都有出现，说明热门字的使用范围正在变松。

从姓名结构看，三字姓名仍是新生儿姓名的主流形态。两字名更强调单字辨识度，三字名则给高频字提供了更多组合空间。近年热门名字大量采用“高频字 + 意象字”或“意象字 + 高频字”的结构，使同一批字能够在不同名字中反复出现。

阶段	主要热门字/结构	变化含义
2019–2021	宇、梓、子、涵、诺、辰、沐、泽、汐	从“梓/子/宇”向“泽/沐/汐”过渡
2022	泽、辰、瑞、玥、一、瑶、屹	“泽辰瑞玥”成为承接字组
2023–2024	沐、辰、璟、泽、汐、玥、瑶	“沐”字和“汐玥”类组合扩散
2025	锦、程、雨、桐、泽、沐、瑶	“锦”成为新的上升字，“沐泽”仍延续

热门字在各阶段的出现强度

颜色越深，表示该字在对应阶段的热门名字或高频用字中越突出。

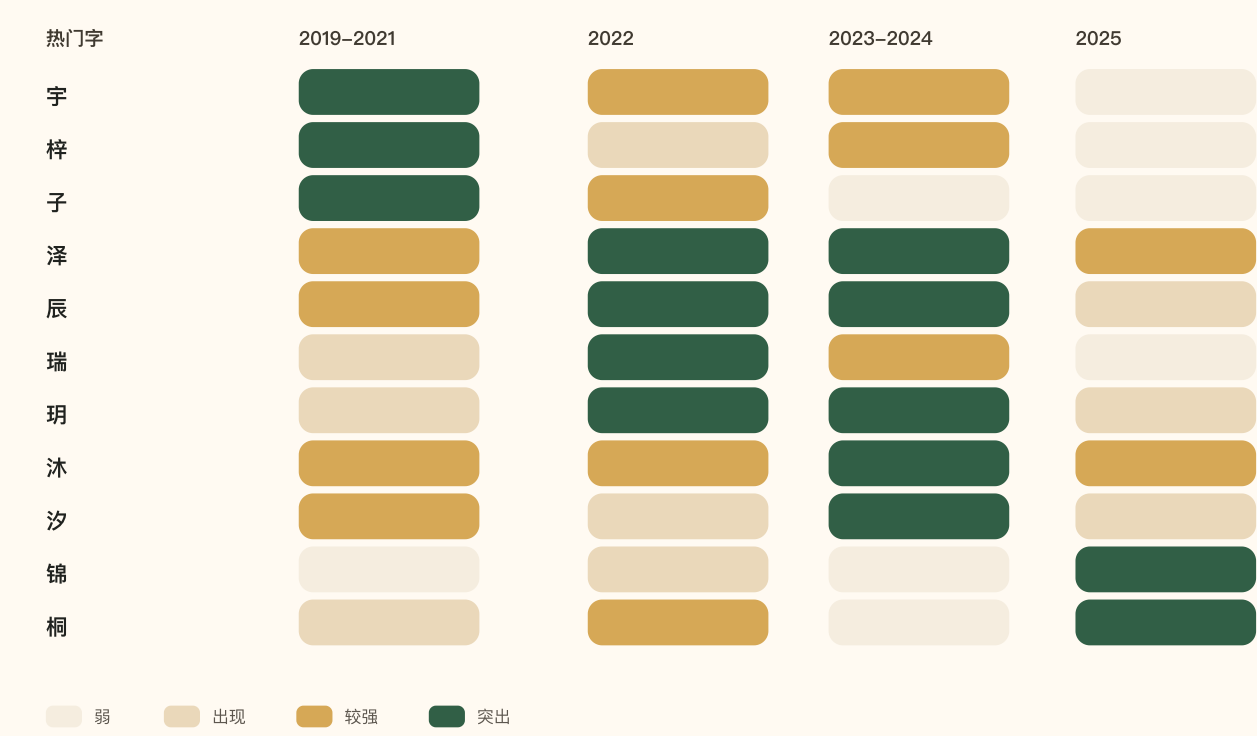


图 4：热门用字连续性。颜色越深，表示该字在对应阶段越突出。

这一变化说明，姓名流行的基本单位正在从“完整名字”扩展到“单字、读音和组合模板”。例如“沐辰、沐瑶、沐妍、沐宸”共享“沐”字；“瑞泽、璟泽、铭泽、泽瑞”共享“泽”字；“锦程、锦汐”共享“锦”字。完整名字会轮换，但高频字会在不同组合中持续扩散。

从读音看，近年热门字多集中在开口度较高、声调起伏清晰、两字组合顺滑的音节上。“辰、宸、泽、瑞”容易形成明亮有力的男孩名结构，“汐、玥、瑶、桐”则容易形成轻柔、清亮的女孩名结构。读音的稳定偏好，是热门字能够持续重组的重要原因。

五、趋势判断：轮换、接力与意象化

趋势判断：轮换、接力与意象化

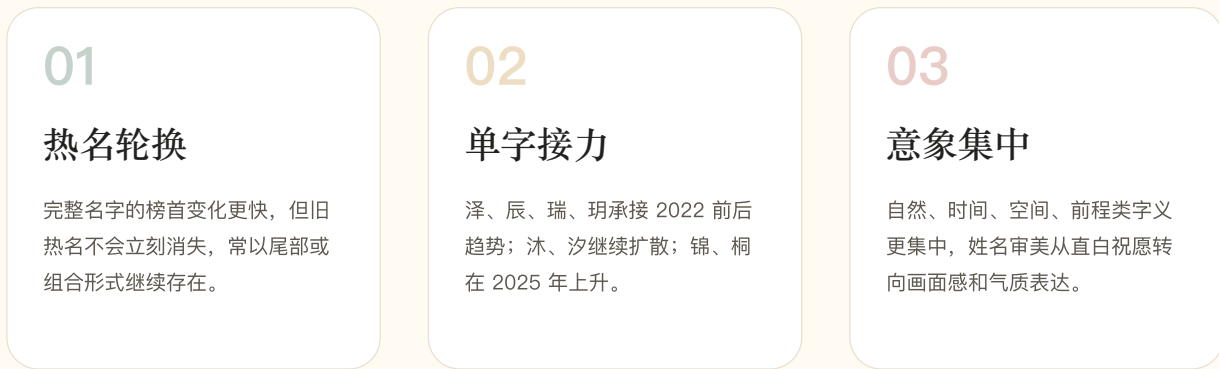


图 5：2025 年姓名趋势的三个判断。

5.1 旧热名退潮，热门字延续

从 2019–2025 的连续数据看，旧热名退潮并不等于热门消失。“宇轩、梓轩、梓睿”等旧热元素仍然可见，“子涵、梓涵”等上一轮热门则明显退后。与此同时，“沐、汐、锦、辰、泽”等字接力出现。热门从完整名字转移到高频字和组合结构，是近年最明显的变化。

5.2 审美从直白走向意象

近年名字越来越少直接使用“伟、强、丽、静”这类直白表达，更多转向有画面感的字。

- **自然意象：**沐、汐、雨、桐。
- **前程祝福：**锦、程、瑞、泽。
- **空间时间：**宇、辰、宸、轩。
- **清雅柔和：**瑶、玥、悦、安。

这种变化也反映在字义组合上。“沐辰、沐瑶、汐玥、雨桐”更接近画面式表达，“锦程、瑞泽、铭泽、璟泽”更接近祝愿式表达。

两类结构在 2024–2025 年同时存在，自然意象、清雅气质和前程祝福形成多条并行路径。

意象化使姓名表达更间接。过去常见名字更强调明确品质或直接祝愿，近年热门名字则更多借由自然物象、时间空间和玉石植物来承载情感。姓名的表达从“说清楚”转向“有画面”，这是 2025 年前后较突出的审美变化。

5.3 信息透明加速热门迁移

同名查询、社交平台 and 年度热名传播让热门名字更快被看见。信息透明提高后，旧热门可能更快退潮，新热门也会更快形成。

2024 年多个名字组合高度相似，说明名字流行不只由家庭内部选择产生，也会受媒体内容、公共热词和社交传播影响。

这也解释了为什么近年来很难出现长期稳定不变的单一爆款。热门一旦被广泛看见，就会同时获得模仿和回避两种反馈：模仿推动相近字组扩散，回避则推动完整名字轮换。最终表现为榜首变化较快，但高频字保留时间更长。

5.4 榜单相似度提高，轮换速度加快

近年热门名字呈现更强的可见性和传播性。一个名字一旦广泛进入公众视野，相关字组会被更多家庭和内容平台识别，旧热名也更容易被标记为“上一轮流行”。因此，姓名趋势一方面保持共同审美，另一方面出现更快的字组轮换：完整名字的生命周期缩短，高频字的延续时间更长。

结语

2025 年前后的中国新生儿姓名，正在从“固定爆款”走向“热门字轮换”；从直白寓意走向文化意象；从单一榜首竞争走向多组高频字并行。

从 2019 到 2025 年，热门名字的变化表现为高频字不断接力，而非单纯更换榜首。“泽、辰、瑞、玥”在 2022 年前后明显增强，“沐、汐、玥、瑶”在 2024 年集中扩散，“锦、桐、瑶、泽”等字在 2025 年继续重组。

姓名趋势记录名字排名，也记录一代家庭共同审美的变化。名字既属于个体，也属于家庭、地域和时代。

理解这些变化，才能更准确地理解 2025 年前后新生儿姓名背后的文化结构。热门名字会轮换，姓名所承载的审美、记忆和时代气质则会持续留下痕迹，也会成为观察社会文化细节和代际心理变化的重要入口之一，也是长期线索。

资料说明

1. 公安部户政管理研究中心：《二〇一九年全国姓名报告》，2020 年 1 月。
2. 公安部户政管理研究中心：《二〇二〇年全国姓名报告》，2021 年 2 月。
3. 公安部户政管理研究中心：《二〇二一年全国姓名报告》，2022 年 1 月。
4. 央视网：《江苏两地公布 2022 年新生儿爆款名：“瑞泽”“昕玥”受欢迎》，2023 年 2 月。
5. 央广网/光明网等公开报道：重庆 2022 年新生儿入户用名排行榜，2023 年 2 月。
6. 佛山市公安局 2022、2023 年新生儿取名热门相关公开报道。
7. 南通市公安局治安支队 2024 年新生儿取名热门榜相关报道，2025 年 1 月。
8. 四川省公安厅治安总队 2025 年新生儿姓名报告相关报道，2026 年 1 月。
9. 圆桌起名平台匿名化查询、生成偏好与问卷反馈，作为辅助观察资料。

访问圆桌起名

更多姓名趋势观察、起名工具与服务信息，可访问 yzqiming.com。

