

# HD 交易系统笔记精选:强弱、均线、背离、仓位的几条干货

---

交易复盘日记 XTradingTime · [journal.xtradingtime.com](http://journal.xtradingtime.com)

## 【编辑按】

这是一份名为 HD 的币圈交易系统学习笔记,原稿是几十条零散要点(带引流水印,已删)。条目太多容易看花眼,我从中精选出最普适、最实用的一批,按主题重新归类、并配上一句解读。注意:这些是偏技术面的”工具性”经验,别当圣杯,要结合趋势和你自己的风控用。

## 一、先看”强弱”:汇率与 BTC.D

- 强者恒强,所以”汇率”(币种相对强弱)很重要。 同样的信号,出现在强势品种上胜率更高。
- 每天先看 BTC.D(比特币占有率):BTC.D 上行,容易是比特币”吸血”(资金回流大饼);BTC.D 大跌,则可能是山寨大涨。
- 想找山寨抄底机会,先从”汇率转强”里筛。

## 二、用好均线(EMA)

- 三条 EMA 像弹簧:价格快速回落到三线之间,尤其第一次触碰,常是机会;若三线交叉缠绕,大概率是震荡行情。
- 趋势行情里,日线级别的 EMA21 附近,是不错的顺势追涨建仓位置。
- 一种打法:趋势中”死叉离场,等第二次金叉再进场”。

## 三、读懂背离(动能,而非方向)

- 背离讲的是”力度对比”,是动能减弱,并不等于反转信号。 一般在上升趋势找底背离、下降趋势找顶背离。
- 顶/底背离在震荡行情里更有用,趋势行情里背离常常失效。
- 大级别趋势中,找小级别的反向背离,往往是较好的顺势加仓点。

## 四、管住仓位与风险

- 大止损配小仓位,小止损配大仓位——用低回撤去争取高盈利。
- 永远只浮盈加仓,浮亏加仓是自杀行为;加仓用金字塔式,越加越小。
- 不要让大幅盈利变成亏损。

## 五、几条朴素铁律

- 发现机会 → 等待进场 → 评估盈亏比 → 执行 → 止损或维护 → 止盈或推保。一套闭环,别跳步。
- 高低点被打破后,盘整时间越长,确定性越强。
- 牛市多暴跌,大级别的插针,往往是很好的机会(但要配好止损,别接飞刀接到爆仓)。

### 【写在平台这边·落到实处】

这种“要点速记”最大的风险,是看着都懂、用起来全忘。建议挑其中 3—5 条你最认的,写进「交易计划」当检查项,然后在「复盘」里专门验证它们在你身上的真实胜率——留下对你有效的,删掉无效的,慢慢攒出属于你自己的那套清单。

### 【一起聊聊】

- 这几条里,哪一条是你已经在用、且确实有效的?
- “浮亏加仓是自杀”——你犯过这个错吗?

📖 本文系「交易心法·转载」要点提炼整理,原作者:HD(笔记整理)。内容偏技术工具性经验,请结合趋势与自身风控使用;为编者用自己的话提炼/精选,非原文照搬;仅供学习参考,不构成任何投资建议。

💬 欢迎在评论区聊聊你的看法和实战经历。