

降准降息属于宽松的货币政策，降准是指降低存款准备金，存款准备金是商业银行为了应对投资者取款和清算时候准备的资金，商业银行每年都要将一部分资金存放在央行，这个资金就叫做存款准备金。降息是指降低存款利息和贷款利息，即存放在银行的利息减少或者贷款的利息减少。

降准降息会使市场中的信贷规模增大、货币供应量加大、货币流动性加强、刺激市场经济增长等，无论是降准还是降息，对实体经济还是金融市场都是利好的。