

## 房贷新政之购房有道：

# 提前还贷未必划算

□汪枞

距离央行、银监会联合松绑楼市“限贷”的新政策出台已过去近1个多月，期间，一、二线城市中的楼市成交量回暖，二手房签约量也开始激增。日前，搜房网一项关于“限贷”松绑的调查显示，有46%的人表示“首套房贷结清再贷首套”对其影响最大；还有50%的人认为后期房价会上涨；39%的人则表示“近期会加紧出手卖房”。那么，购房首付和利率的现实状况如何？组合贷是否划算？

按照“认贷不认房”的按揭贷款新政，若要享受首套房30%首付比例和可能申请到的折扣利率，那么必须先结清原有的首套房贷款。

通常，大多数借款人会选择等额本息还款方式，即每月还款一样多；少部分采取等额本金还款方式，在初期还款较多，以后每月按一定比例递减，前期还款压力大，后期相对轻松。

那么，提前申请还贷需要些什么手续呢？记者咨询获悉，贷款客户可与之前经办贷款的网点

先电话联系，预约办理时间；办理时需带身份证、贷款合同、存折等材料，一般两个星期左右就可以办完。

不过，值得一提的是，“提前还贷有可能涉及到收取一定比例的违约金，贷款客户需要仔细了解贷款合同，看合同上是否提到支付违约金和比例。各家银行都不一样。”上述客户经理提醒。

据了解，违约金收取规则通常以“贷款是否满一年而提前还款”为界，贷款不满一年的提前还贷通常要收取一定比例违约金；贷款满一年的提前还贷，工、农、中、广发、光大、浦发等银行不收取违约金。

另外，民生证券分析师邢华秀指出，如果提前还贷再重新贷款购房是为了投资，那么目前来看不一定划算。以首付30万元，贷款10年期70万元为例，月供7966元，10年利息总额高达25.6万元，加上3%的契税等费用，100万元的房子购房总成本接近130万元。

## 啥样的感冒先不用吃药？

□石宝

突然被打喷嚏、头痛、发烧困扰，你会怎么办？如果你急于吃感冒药，可就大错特错了。那么，什么样的感冒先不用吃药呢？

### 体温不超过38.5摄氏度

是药三分毒，即便是对乙酰氨基酚、布洛芬这类常用的退烧药，也有损害肝脏等不良反应的风险。因此，感冒时体温没超过38.5摄氏度，不必急着用药。应首选温水或稀释的医用酒精擦拭等物理方法降温。

不过，对于以前出现过高热惊厥的儿童，家长应尽快就诊，请医生视具体情况开退烧药。需要用退烧药时也应注意，用药时间最好间隔4小时以上。而且要限制药量，如泰诺的每日最高推荐剂量为3000毫克。

### 没有头痛或浑身酸痛

高烧、头痛、全身酸痛是流行性感冒的典型症状，一般来说，没有这些症状提示不属于流行性感冒，不必急着用药。

普通感冒的症状如果不严重，也没必要吃药，可以通过物理疗法或食疗来缓解。感冒时，冬季干燥的空气会让你的呼吸道感到更加不适，在床边或沙发边放置加湿器，可以让你呼

吸更顺畅。

### 咽痛

先将7.5克盐溶解在250毫升温水中，缓慢漱口以缓解咽喉肿痛，每隔6—8小时漱口一次。打喷嚏、流眼泪。这多属于过敏症状，虽然马来酸氯苯那敏（即“扑尔敏”）和茶海拉明等抗组胺药可以缓解它们，但这类药物会引起打瞌睡、嗜睡的副作用，白天工作，尤其是驾驶、操作精密仪器或高空作业的人，切不可服用含“敏”或“苯”的感冒药。

### 不吃药不代表置之不理

当然，不建议感冒时急着吃药，不代表对它置之不理。多休息和喝水是避免感冒症状加重、早日康复的基本要求。还可以多吃点枣、橙子、猕猴桃、柚子等富含维生素C的水果。

最后要提醒，感冒本身虽然并不可怕，但对于慢性阻塞性肺病、糖尿病、慢性心功能不全、慢性肾功能不全等患者来说，它可能加重病情，一旦发现原有疾病症状加重，要及时就医。另外，小于5岁的儿童和超过65岁的老人及体质差的人，也要注意观察病情变化，这些人群因为免疫系统功能较弱，有时流感的症状不明显会误认为是普通感冒。

## 【健康红绿灯】

### 绿灯

#### 芹菜叶营养丰富



芹菜中含有较多的黄酮类化合物，尤以叶中含量丰富，具有降血压、降血脂、保护心血管和增强机体免疫力的作用。

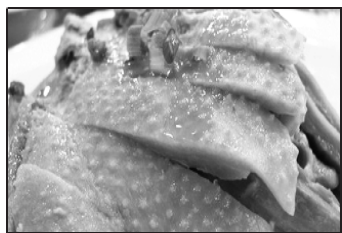
#### 吃白菜有益肝脏



十字花科蔬菜含有各种植物营养素、黄酮类化合物、类胡萝卜素、萝卜硫素和吲哚，能综合帮助肝脏化解各类化学毒素和致癌物。常见的十字花科蔬菜有花椰菜、卷心菜、白菜和白萝卜。

### 红灯

#### 鸡皮脂肪含量高



鸡皮中脂肪和胆固醇含量较高，容易导致肥胖，诱发高血压、高血脂、糖尿病等慢性病，建议肥胖和“三高”人群把鸡皮剥下后，单独用水慢慢熬，熬成鸡油后，在馄饨、汤类中放一点，可起到调味效果。

#### 居家做饭少油炸



烹调油烟对人体健康构成危害，已经越来越为人们所重视，油干烧和炸蔬菜时产生的十一烷、十二烷、十八烷、二十烷等烷烃类物质是重要的促癌物；炸蔬菜时产生的甲苯、二甲苯可引起人的肾毒性、生殖毒性，苯乙烷对人体DNA有损伤作用。因此高温烹调时尽量避免食用油干烧，蔬菜尽量采用炒或煮，不选择油炸。

## 秋季消炎怎么选药？

□沈明

由于气温降低、天气干燥，秋季是很多疾病高发的季节。鼻炎、咽炎、皮炎等虽然不是“大病”，但对生活影响很大。秋季消炎怎么选药？下面就请相关专家给大家介绍一下。

### 鼻炎：

鼻炎少用滴鼻剂。干燥和低温让鼻炎患者更易受鼻塞症状困扰。二炮总医院耳鼻喉科副主任医师付玉泉提醒，鼻塞时用滴鼻剂收缩血管的药物，确实能短时间缓解鼻塞、流涕等症状，不过药物一旦代谢完，症状会再次复发。如此反复，很可能诱发药物性过敏性鼻炎。

付玉泉建议，鼻炎患者应遵医嘱用喷雾剂缓解鼻塞，一般每天1至2次，症状控制后可逐渐减量；平时不要骤然进入温差很大的环境，适当运动，注意预防感冒。

### 咽炎：

咽炎别轻易吃抗生素。秋季是急慢性咽炎的高发季节，患者多伴有咽喉肿痛或干痒、咳嗽、声音嘶哑等症状，急性咽炎常被误认为是感冒而延误治疗，最终转成慢性。一提到“炎”，很多人就觉得应该吃抗生素缓解。事实上，以发热、咽部灼热、咽干为主要症状的急性咽炎，确实需要遵医嘱用抗生素，一般可雾化吸入庆大霉素或口服头孢拉定胶囊，但用法用量不可自行调整。不过，以发痒、喉部发干、声音嘶哑为主的慢性咽炎，如果频繁用抗生素可能加重症状。此时应根据病情，在医生

指导下选择含片、雾化或其他治疗方式，并注意多喝水、开加湿器。

### 皮炎：

皮炎乱涂激素病上加病。皮肤缺水后更加脆弱，容易出现瘙痒等症状或诱发皮炎。激素药膏能缓解一些皮肤病，但很多患者用得不对，反而引起脂溢性皮炎等其他问题。二炮总医院皮肤科主任杨维玲认为，皮炎有很多种，首先应找到诱发因素，对症治疗。例如面部顽固性皮炎多与化妆品、外用药等有关，治疗同时还应避免接触相应物品。

其次，要根据皮疹特点，选择合适剂型。最后，还要根据病变的部位选药。如果面部突然出现弥散性红斑、红血丝、丘疹、小脓疮、脱皮等，并感觉瘙痒、发烫、灼痛，要及时到正规大医院就诊，如果长期乱用带“松”的激素药膏，易造成激素依赖性皮炎。

杨维玲建议，一般皮肤过敏可选用口服药，如西替利嗪等。如果症状较重，应在医生指导下涂少量激素，如氢化可的松，一天1次，症状减轻后停用，不要超过一周。皮肤瘙痒者应先弄清病因，如果只是由于干燥引起的，可使用含凡士林等成分的护肤品，如果是对化妆品等过敏，应及时停用。皮肤湿疹可用皮炎平涂在患处。

需要提醒的是，很多患者分不清足部湿疹和脚癣，建议请医生根据相关检查判断后选药。

## 家庭理财规划

# 必须要参考的五条定律

□蔡进

正确的家庭理财，可以让我们避免无谓的浪费，增加家庭财富。建议职工不妨参考以下几个小小的理财规划定律。

### 4321定律

这个定律是针对收入较高的家庭，这些家庭比较合适的支出比例是：40%用于买房及股票、基金等方面的投资；30%用于家庭的生活开支；20%用于银行存款，以备不时之需；10%用于保险。

### 72定律

如果你存一笔款，利率是x%，每年的利息不取出来，利滚利，也就是复利计算，那么经过72/X年后本金和利息之和就会翻一番。举个例子，如果现在存入银行10万元，利率是每年6%，每年利滚利，12年后（72/6），银行存款就会变成20万。

### 80定律

一般而言，随着年龄的增

长，进行风险投资的比例应该逐步降低，80定律就是随着年龄的增长，应该把总资产的多少的比例投资于股票等风险较高的投资品种，这个比例等于80减去你的年龄再乘以1%，若您现在是30岁，那么您可以将总资产的50%【50+（80-30）×1%】投资于股票，但当您到50岁时，这个比例应该不超过30%。

### 家庭保险双十定律

家庭保险双十定律告诉我们，家庭保险设定的合理额度应该是家庭收入的10倍，年保费支出应该是家庭收入10%。例如，一个家庭收入有12万元，那么总保险额比较适合的为120万元，年保费支出可以到12000元。

### “房贷三一”定律

房贷三一定律是指，每月房贷金额以不超过家庭当月总收入的三分之一为宜，否则你会觉得手头很紧。

