

从“月光”到“月欠”，超前消费可取吗？

株洲日报记者 邹家虎

“办公室里3代人，70后存钱、80后投资、90后负债，而90后的父母在替孩子还贷。”这样的网络语，道出了以90后乃至00后为主的年轻人超前消费、负债消费的典型现象。

以前有个很火的词叫“月光族”，没想到，现在很多人已升级成了“月欠族”。所谓“月欠族”，就是表面上看起来光鲜亮丽、潇洒自在，背地里可能连花呗、信用卡、网贷都还不上，一个月赚不到几个钱，工资在银行卡里面打个转就没了，每天为还钱心力交瘁。

据智联招聘发布的《2018年白领满意度指数调研报告》显示，超两成白领2018年处于经济负债状态；盘点收入盈余时，有21.89%的受访白领处于负债状态，成为典型的“穷忙族”。报告表示，除了薪酬的水平直接影响存款余额的多少外，越来越多的年轻人选择“月光消费”，甚至“超前消费”，也是影响存款余额的重要因素。

另据蚂蚁金服和富达国际联合发布的2018《中国养老前景调查报告》显示，35岁以下的中国年青一代，56%暂未开始为养老储蓄，部分年轻人处于“零储蓄、高负债”状态。海尔消费金融发布的《2018消费金融报告》表示，相比70后、80后主要围绕家庭消费，更多90后“对自己更好一些”，注重生活品质提升，更多选择超前消费。在使用过消费信贷的样本群体中，26-30岁用户占比最高，达到26.56%。

从“月光”到“月欠”，超前消费到底不可取？

网友热评

@虹:超前消费让大家看起来都很有钱，但实际上储蓄为零甚至负债累累。面子跟里子，看你选谁。

@过客:前两年信用卡，刷到还不了，每个月还最低还款，一直恶性循环，后来家里支援了点，花了三四个多月省吃俭用，还完了。

@静水流深:都是各种毒鸡汤公众号的“功劳”，掉入消费陷阱，自己几斤几两，心里没点数？

@阿明:消费主义的后果，不断拉低贫穷群众消费，却不提升大家的财商，不算一种商业社会的某种陷阱？

@卡卡:开源节流、量入为出，适度消费避免盲目从理性消费。

@遥望彼岸:想想父母每月四五千的工资，年底还能存好几万，佩服。

超前消费不是洪水猛兽

访谈嘉宾:张立美(小学教师)

年轻人在经济能力许可的条件下，面临购买力不足的特殊情况时，通过分期付款等方式，适度的超前消费，本无可厚非。

适度的超前消费，可以改善生活品质，满足一些高品质的生活需求，又能减轻一次性支付资金的经济压力。如当前最常见的超前消费就是贷款买房，从这个角度说，超前消费、贷款消费本身并不是洪水猛兽。

但凡事须有度，过犹不及，在消费选择上，年轻人不能只在乎曾经拥有，也要考虑到天长地久。当前一些人当起“富翁”，其实是在过度超前消费，甚至沉迷于超前消费的生活之中。更严重的是，沉迷于过度超前消费生活的年轻人，并不是每一个人都具有经济能力按时还贷，不少年轻人是靠父母亲人帮忙还贷，甚至在玩连环贷。这无疑是以牺牲今后生活品质为代价，实质上是在透支自己的钱包和未来。

年轻人可以超前消费，但一定要适度，绝对不能过度，更不能沉迷。这就要求年轻人选择超前消费生活，必须量力而行。

补好财商这门课

访谈嘉宾:周慧虹(银行员工)

表面来看，年轻人勇于消费对经济社会发展会产生一定刺激推动效应，事实上细致分析，这种畸形消费方式，无论对于社会还是个人，皆可以说是弊大于利。

长期以来，由于受到传统金钱观念影响，我们忽视了孩子的财商教育，学校对孩子的财商培养不够，很少开设投资理财课程。这直接导致有些人投资理财能力薄弱。特别是在投资理财渠道狭窄的现实情况下，不是在股市里当了“韭菜”任人宰割，就是轻易被各种投资理财骗局所欺骗，甚至不少大学生因盲目消费、奢侈消费而走上了校园贷、“裸贷”的不归路，贻害无穷。

投资理财教育进中小学课堂，从小向孩子普及投资理财知识，从小培养孩子的投资理财意识，从小提高孩子的投资理财能力和水平，有助于树立投资理财风险意识，又有助于培养正确的财富观、金钱观和消费观。一方面，可以减少因消费观、财富观的错误而过度超前消费、借贷消费。另一方面，可以有效减少、降低人们盲目投身股市、投资各种理财产品的现象，降低投资风险。

全社会有必要引导年轻一代形成健康的消费观和金钱观，尤其各级学校要有意识地将消费教育和生命教育融入日常教学，使他们及早摆脱“富翁”的尴尬状态。

传播超前消费理念得“悠着点”

访谈嘉宾:舒圣祥(会计师)

在商言商，网贷平台放贷赚钱，只要生意不违法，就属无可厚非。然而，若不择手段向年轻人传播超前消费理念，诱导人们热衷于以借贷方式进行盲目、非理性的消费，却有违商业伦理。近些年，诸如裸条泄露事件、校园贷跳楼事件等，都曾引发过社会的强烈关注。

网贷平台应尽到必要的风险提示和条款解释义务，让热衷网贷的年轻人，明确知道自己在干什么，要付出怎样的代价，可能面临怎样的责任后果。若没有严格健全的法律规范为社会兜底，若没有

行业规范和企业道义洗刷无序，可能会造成很多人跌入毫无喘息机会的无止境黑洞。这不仅是一个单纯的经济问题，还是一个重大的社会问题。

毋庸置疑，监管部门必须尊重市场规律，但是对于未能依法审查贷款人资料真实性，以及过度授信、异常交易管控不力等违规行为，也得该出手时就出手。特别是，某些“套路贷”，涉嫌新型诈骗和非法逼债，相关部门更要积极作为主动介入，加强信息共享和执法衔接，在制度层面，堵上案件定性与执法标准方面的漏洞。

“剁手”前先让自己冷静下来

访谈嘉宾:黄安(网店店主)

其实，不少超前消费并不是生活必需品，也不是为了提高生活品质，而是为了满足自己在朋友圈里的面子，甚至是为了过上奢侈、阔绰的生活，消费了大量并不需要的商品和服务。

为了防止“剁手”，在购物之前，不妨多问问自己几个问题：为什么要买这个东西；自己是否拥有同样的东西，如果有的话，为什么要再买一个？这个东西对我真的有用吗？适时评估一下，你购买的欲望可能就消失了。

另外，现在有很多手机记账软件，可以方便记录开支，记录下每一笔开支，看看你花掉的每一分钱，每周每月花了多少钱，数数哪些是不必要的，是否超标，让自己收支达到平衡。



漫画/左骏

健康广场

最是一年春好处 花开时节莫扰君

阳春三月，公园里、马路边、小区内繁花绽放，人们都开始出游赏花踏青了，但同时也使那些对花粉过敏的人群备受困扰，他们往往被称为患有“花粉症”，“花粉症”顾名思义就是患者对植物花粉过敏所引起，主要表现为鼻痒、喷嚏连续发作、流大量清水样鼻涕、鼻塞；可伴眼痒、流泪、结膜充血、喘息等；还可以导致皮肤瘙痒、皮疹等等。

那么人们到底应该如何预防花粉过敏呢？

1. 风大的天气应尽量避免外出

引起过敏的主要通过风传播花粉的树和草花粉为主。当天气干燥多风时，植物花粉更容易破裂导致空气中花粉浓度大增。此外，凌晨5点至上午10点以及黄昏时段，是空气中花粉值最高的时间，应减少外出。

2. 外出佩戴防护口罩、帽子

对于花粉过敏症患者来说，外出时口罩也是必不可少的重要装备，最好选择防护性强、透气性强口罩以及花粉难以附着的纤维质地的帽子，回家后也应当注意及时清洗口罩和帽子。

3. 及时清洁

过敏体质的人回家之后应及时洗澡，清洁头发及皮肤，同时还可做一个鼻腔清洁。花粉较多的季节，不要在室外晾衣服、床单等，否则衣物容易沾染花粉。在花粉指数很高的时刻外出回家后，记得换上干净的衣服，以免残留在上面的花粉引发过敏反应。

4. 保持室内湿润

保持室内湿润，是消除室内花粉、尘螨影响的最佳方法。同时不要在室内养花，外出回家时应把外套放在别的房间，不要带入卧室。

5. 随身携带抗过敏药物

花粉过敏症患者要与空气隔绝几乎不可能，对于多年都定时发病的过敏患者，除了做好防护外，还可以随身携带一些常用的抗过敏药物如息斯敏、扑尔敏等。对于因花粉过敏出现急性哮喘的患者，专家提醒，必须随身携带可以临时控制哮喘、缓解症状的药物。

6. 赏花只可远观

春天赏花要远离花毒，不可采取手摘、鼻闻等方式赏花，以避免出现皮肤过敏。

省直中医院 皮肤科 唐毅

43岁妇人显“孕肚” 竟是子宫肌瘤惹的祸

今年2月份，43岁的曾阿姨突然出现了腹胀的情况，短短1个月后的腹部已明显隆起，如怀孕了一般。曾阿姨辗转来到株洲市二医院就诊，妇科李芳医生接诊后对其进行基本体格检查时发现，其腹部明显巨大质硬肿块，上达脐上三指，下至盆腔，两侧至腋前线，完全占据了整个盆腹腔。入院之后完善相关检查，检查结果让所有人吃了一惊！子宫右后方巨大实质性肿块。因为肿块巨大，需行子宫切除，但患者坚决要求保留子宫，手术难度大，妇科团队进行详细的术前讨论，并请泌尿外科、普外科、麻醉科等多学科主任进行术前会诊，制定周密的手术计划。在肖文红主任带领的妇科团队成功为患者实施开腹巨大阔韧带肌瘤切除术，并成功地保住了子宫，确诊为巨大阔韧带肌瘤。手术十分顺利，术后恢复良好。

健康知识小贴士

子宫肌瘤是最常见的妇科良性肿瘤，好发生于30~50岁育龄期妇女，可发生于子宫任何部位，按发生部位分为子宫体肌瘤、子宫颈肌瘤、子宫阔韧带肌瘤。

1. 病因：

阔韧带肌瘤是一种中胚叶的肿瘤，有原发性和继发性两种。原发性肌瘤起源于阔韧带内的平滑肌组织或血管平滑肌组织；继发性肌瘤可来自子宫、输卵管或子宫骶韧带等。

2. 症状：因阔韧带肌瘤常不影响子宫体体积及内膜改变，常无月经改变等。小的阔韧带肌瘤常无明显临床症状，多因妇科查体或盆腔彩超发现。

3. 诊断及鉴别诊断：

阔韧带肌瘤临床少见，尚缺乏特征性临床表现及辅助检查手段，易漏诊、误诊，因阔韧带解剖关系特殊，与子宫附件密切相邻，易被误诊为卵巢肿瘤、子宫肌瘤、子宫畸形等，彩超可作为首选检查，盆腔MRI可有助鉴别肿瘤位置、性质、与周围组织关系等。不管术前是否确诊，均需手术病理切片确诊。

4. 治疗：

肌瘤以手术治疗为主，可根据肌瘤大小、位置、临床症状、患者年龄、生育要求选择不同的治疗方案。手术方式可选择腹腔镜手术或开腹手术。育龄期妇女建议行子宫肌瘤剔除术。因阔韧带肌瘤位置特殊，周围解剖关系复杂，建议一经发现，尽快手术治疗。

株洲市二医院 妇科 李芳

糖尿病患者吸烟危害多！

不少糖尿病患者在接受糖尿病治疗时，就已经是老烟民了。即便医生语重心长的提醒要戒烟，可是烟瘾一犯这些提醒早就抛在脑后了。对于常人而言，吸烟给身体的危害更像是温水煮青蛙，但对于糖尿病患者来说，情况就大不一样了。

1. 导致血糖上升，加重糖尿病

烟草中含有烟碱，会刺激肾上腺激素分泌，可能会导致血糖即刻升高，破坏血糖的稳定性。而且烟草中的尼古丁，会破坏身体各个器官，胰腺也不例外，会使其功能受损，胰岛素分泌减弱，而加重糖尿病。

2. 增加心血管疾病概率

高密度脂蛋白胆固醇可以帮助血管扩张、抑制血小板聚集、保护血管，原本高密度脂蛋白胆固醇就相对缺乏，吸烟更是会加重这种情况，使血管收缩、管壁变厚、血液的稠度增加，引起组织缺血缺氧，增加心血管疾病的患病率。

3. 损伤各器官，导致多种并发症

吸烟不完全燃烧，产生的尼古丁、一氧化碳、焦油等有害物质，会破坏人体肝脏细胞，对身体内所有器官造成伤害。原本糖尿病就容易导致多种并发症，如糖尿病肾病、糖尿病心脏病、糖尿病高血压等，吸烟就像导火线，

更容易让他们“现身”。

4. 导致伤口“久病不愈”

糖尿病患者原本身体的抵抗力就较差，容易发生各种感染，伤口也不容易愈合。吸烟会加重这种情况。

戒烟小技巧：

1. 先拿个小本，认真写下自己要戒烟的动力和原因，以便时常拿出来看一下，督促自己。

2. 给自己创造一个无烟的环境。不管是在多好的香烟，都处理掉。同时，打火机、烟灰缸以及其他的香烟附属物品，都要清理干净。

3. 饭后到空气清新的地方散步，做5~10次深呼吸，有助于摆脱饭后一支烟的想法。

4. 烟瘾来的时候，可以嚼一些木糖醇口香糖，或者吃一些水果等零食，但注意不要过量，以免血糖上升。

5. 注意补充B族维生素，可以帮助安定神经，戒掉尼古丁。维生素B含量丰富的食物有：动物肝脏、大豆、牛奶等。

6. 充实自己的业余时间，可以发展一种爱好，如钓鱼、养花，在无聊时有事可做，就不会总想着抽烟。

株洲市三三一医院 郭斐

旋磁式糖尿病治疗仪治疗糖尿病

糖尿病是威胁人类健康和生命的顽症之一。不少糖尿病患者因“天天吃吃药，顿顿进餐打针”而痛苦，或因服用糖化学药物给器官造成严重损伤而伤心，更有不少患者为久治不愈的糖尿病及其并发症而失去生活下去的勇气。美国糖尿病专家米勒博士在2003年国际糖尿病联盟组织学术论坛上呼吁：“服用糖化学药物对病人的内脏造成严重损伤，这种现象愈演愈烈！很多糖尿病人的致死致残并非单一的高血糖造成，其实长期的服用毒副作用很大的化学降糖药是一个很重要的因素。”

石峰区人民法院引进旋磁式糖尿病治疗仪治疗糖尿病，是根据中医经络学理论，吸收电子学、物理学、能量学、神经科学等科学理论，将多学科尖端技术融为一体，与多种微量元素按科学比例相结合，以旋磁方式，利用仪器探头，分别作用于人体八大经穴，调整人体生物效应，提高细胞组织活性，增强自身免疫功能和自身修复能力，改善糖、脂肪、蛋白质代谢紊乱，实现机体代谢平衡，给受损的胰岛细胞进行能量充盈，增强葡萄糖载体基因作用，促进血氧代谢，重组胰岛细胞进行正常的分裂和繁殖，使胰岛素的分泌、排泄、运输等技能组织达到理想的代谢程序，进而实现恢复胰岛功能。

该院使用该仪治疗II型糖尿病及其并发症，7-10天即可减轻糖药量，3至6个月可以治愈停药，让糖尿病人重过正常人的生活。

咨询电话:13975382263

株洲市石峰区人民法院 袁子谷