

震荡市最适合股海冲浪



健中论道

过往的一周，股市宽幅震荡，涨跌都令人大跌眼镜，上下震荡的幅度创下了今年之最。这一周上证指数曾跌破被称为“牛熊分界线”的 3438 点年线，并创下今年的最低点 3312 点，在后续市场中是否还会再创新低，似乎还需要接下来 5 个多月市场走势来检验。创业板走势相对走得坚挺些，尽管跌势也惊人，但没有跌破年线，甚至于半年线也未触碰。而当本周四股市强劲反弹之时，创业板竟然日涨幅超过了 5%，创业板的弹性之好，真令人刮目相看。

未来的市场也许震荡幅度还会加大，在这样的震荡市中机

会和风险都会加大，震荡市最适合股海冲浪，但很重要的一点是操作方法要适当，要选好逃生之路，不要把自己逼到无路可走的地步。笔者以为股海冲浪要注意如下几点：

其一，要选择流动性好的品种，一旦市场波动加大可以快速变现。现在的投资品种多样化了，大家可以感觉到不同的品种的流动性有很大差异，变现能力差异很大。比如：热门股和冷门股、大盘股和小盘股，变现能力就有很大差异；再比如：有的基金设很长的封闭期，那些基民们只能看着自己账户每天市值的折腾，不是上上下下的享受，而是上上下下的折磨。

其二，降低甚至于放弃杠

杆，控制好仓位。震荡市中最容易打爆那些高比例放杠杆的人，这个市场很实际，你之所以能放杠杆是因为你有本金，如果一旦打爆没了本金，从此就翻不了身了，没有人再会放杠杆给你。本周的市场走势也证明了仓位的重要性，在市场的大跌中，你手中还有现金意味着等量的现金能买到更多的股票，这就为自己留下了返本翻身的机会。

其三，远离问题股、远离主力退场股。最近这段时间我们看到原先的一些大牛股主力开始退场，股价一跌再跌，这样的股票跌势未到尽头，跟着补仓会将自己的资金弹药耗尽，最后自己成了接盘侠。现在退市的力度加大，退市股增加，所以君子不立危墙之下，也许低价垃圾股有短线机会，但那是刀口舔血的活，

中小投资者还是不做为好。

其四，在震荡市中要选好逃生路线。有句老话：人无远虑，必有近忧，在现实生活中总会碰到点天灾人祸，事先预防就显得很重要。我们住进任何一家酒店，很重要的一件事是进房间先看

看门上贴的那张“逃生路线图”，告诉你如果一旦遇到火灾，往那个方向脱离危险，尽管这种概率很小，甚至于一辈子都不会碰到，但防患于未然的思路是可取的。生活如此，做投资依然。

总之，接下来的市场差不到哪儿也好不到哪儿，这样的市场符合“有活力、有韧性”的市场基调。震荡空间加大了，就意味着市场博弈和冲浪机会来了，市场节奏“一、二、一”，你顺势而为，就能赚钱。

应健中



文兴说市

本周交易从台风烟花冲击上海开始，一周内可谓是巨幅震荡。就在大盘连续大跌到 3312.72 点的当日深夜，新华社发文喊话：中国资本市场发展的基础依然稳固，行业监管政策有利于中国长远发展。对证券市场发生的一系列问题提出了自己的看法，有相当重大的影响。

这篇深夜发表的文章指出：近期中国股市出现较大波动，市场存在一定的担忧情绪。深入分析当前市场关心的几方面问题，不难得出结论：中国经济持续向好的基本面没有发生变化，中国改革开放的步伐依然坚定，中国资本市场发展的基础依然稳固。无论是针对平台经济还是校外培训机构，这些监管政策，都是促进行业规范健康发展、维护网络安全和保障社会民生的重要举措，并非是针对相关行业

的限制和打压，而是有利于经济社会长远发展的。

笔者在本月除了观看各种庆祝党的百年纪念活动，还留意了一个内部座谈会，因为这个座谈会与会人员十分重要。7 月 19 日，总理李克强、副总理刘鹤，同时出现在国家自然科学基金委员会的内部座谈会上。这个座谈会不仅十分重要，而且相当紧迫。中国想要从欧美获得高精尖技术，难比登天。座谈会就是针对自己的短板提问题要对策。有 9 位学者先后在座谈会上发言，从他们的发言内容及研究方向，能看出紧迫的领域，依次是：半导体新器件及其应用研究，物理力学及电子电磁，材料科学，空间物理，建筑与工程，物理动力学，气候地理，肿瘤医学等。李克强总理指出“我国已经到了必须大力加强基础研究的关键时

期”。我们常说的“卡脖子”现象，在一些方面相当严重，如光刻机就是典型案例，以至于我国驻荷兰大使徐宏公开警告“如果荷兰政府出于政治原因，继续阻止向中国出口阿斯麦的光刻机，那么中荷关系将面临风险。”

我们必须作出选择走自己的路，哪怕再难也要解决卡脖子问题。这个座谈会就是要从最基础的研究做起。证券市场极为敏感地认识到这种情况，有观点把类似情况比喻为赛道，有的赛道我们领先还能赚钱，有的赛道不仅落后还要烧钱，好在相应措施逐渐发力，效果还需时日，但股市依旧作出自己的反应，不管这种反应是否过度还是太过敏感。

笔者认为当前的政策导向是降低房地产、金融、教育、互联网等的利润和打破它们的垄断，大力发展制造业、硬科技、实体经

济、新能源、新基建、资本市场等。最近被监管行业主要有四类：一是具有数据要素，但使用不当的，如滴滴；二是具有垄断地位，妨碍社会公平的，尤其是互联网平台，如阿里；三是加重社会负担，影响生育率的，如教育、医疗、房地产等；四是债务依赖、碳排放高的行业。同样可以看出受到政策支持的领域：一是高质量发展，包括科技创新，产业链与供应链短板，保持制造业比重基本稳定等；二是乡村振兴、粮食安全，区域协调、共同富裕；三是国家安全；四是新能源与环保。

笔者之前撰文分析的中国领先的超高压输电技术、高空风能发电技术、储能技术、智能新能源汽车等都是系统分析既符合“双碳”要求又有经济发展趋势的产业化道路，是能应对股市巨幅震荡的安全赛道。

文兴

财经风向标

最近发现一个有趣的现象，自己在看电视等待投屏时候的广告里出现了各家基金公司的身影。说是广告，其实更像是一个投资者教育的科普，像“基金是长期持有更好吗？”“分散持有不同类型的基金是否能更好的规避风险？”之类的问题被一个个抛出，各大基金公司的经理则用过往的数据来告诉电视机前的观众们，如何选购基金才是正确的“打开方式”。

从这个现象来看，或许可以看出基金公司已经意识到，要维护好基金市场的发展环境，当务之急是要加强对投资者的教育。其中最关键的是帮助投资者遵循基金投资规律，建立正确的认知，树立长期投资观念。

近年来，互联网金融平台降低了年轻投资者的入场门槛，投资氛围日渐兴盛，“追涨杀跌”的情况时有发生，导致许多年轻人口袋里的收益远不及基金的收益，在市场震荡期尤其明显。许多投资小白对于基金和投资还一知半懂，便通过“朋友安利”或“抄作业”的方式，开始试着投资基金，把投资看作是自我成长和修炼的过程，期望通过投资基金走向更远的理财之路。

“投资有风险，入市需谨慎”相信大家已经耳熟能详了，高收益意味着高风险，如果对风险与收益成正比的认识不充分，为了追逐高收益就会忽视掉许多风险。所以，投资者应不断提升金融知识水平和风险防范意识，高收益意味着高风险，投资理财时，一定要结合自身风险承受能力和产品风险等级，做到理性判断。

对于投资者来说，基金投资不同于股票投资，其稳定获利需要一个相对长期的持有，通过时间因素来对冲投资风险。从股市散户到基金投资，绝不仅仅是一个简单的身份转换，更需要思维方式的及时转换。

而对于金融机构而言，无论是基金公司，还是基金的重要销售渠道商业银行，不光是要“卖”出基金，更需要针对投资者不同需求和资金属性，匹配定制出有个性特征的基金投资方案，在帮助投资者建立长期投资观念的同时，帮助其实现财富的稳健增长目标。

做好投资者教育，对基金行业的健康持续发展至关重要，也是实现投资者与财富管理机构双赢的必由之路。

本版观点仅供参考

市场需要理性投资者

杨硕

皮肤病 处置有办法

长春市净肤堂皮肤病研究所生产的皮肤病处置包用于**牛皮癣型、手足癣型、痤疮型、湿疹型、腋臭型、综合型**皮肤患者的皮肤病变部位处置。

电话:56468011

吉长食药监械生产备20150025号 请详阅说明书或在医师指导下使用 吉医械广审(文)第220715-00309号

静脉曲张 脉管炎 有一小招

静脉曲张大多发生在腿内侧，在形成初期，几乎没什么感觉，先是腿部有酸胀感，晚上重，早上轻，患肢常感酸、沉、胀痛、易疲劳、乏力等。血液长期回流不畅，脉管容易瘀积，出现痒、发黑，感觉不舒服。

现在好了，静脉曲张、脉管炎、老烂腿部位可以冷敷理疗了，净肤堂牌下肢冷敷器具运用传统外敷方法，通过体表涂抹、皮下吸收、靶向渗透，改善微循环。它费用低、无异味，

皮肤问题不用愁

长春净肤堂皮肤病研究所还针对长期皮肤干、反复痒，经常搔抓导致的皮肤抓痕、溃破、血痂、皲裂、色素沉着，局部肥厚、粗糙、角质化、苔藓化等皮肤问题研制生产了净肤堂系列产品，其配方独特，针对皮肤干痒反复发作的特点，外用涂抹在皮肤痒处，有效活性成份可快速渗透到皮肤下，不但可以止痒，消除痒感，还有一种凉凉的感觉，很舒服！

宝山区呼玛路754号净肤堂有售，也可到店免费体验、试用。全市免费送货，货到付款。 021-56468011

(沪)卫消证字2019第0007号 上海市宝山区净肤堂卫生用品商店

简单方便。只需电话预约。电话预约活动靠的是产品效果，凭的是企业良心。

净肤堂牌下肢冷敷器具用于下肢静脉曲张、脉管炎部位的冷敷理疗。

宝山区呼玛路754号净肤堂有售，也可到店免费体验、试用。全市免费送货，货到付款。 021-56460122

合肥顺德堂医药科技有限公司生产 皖械广审(文)第230106-01634号 皖合械备20160111号 请仔细阅读说明书或医务人员指导下购买和使用。禁忌内容和注意事项详见说明书。广告

一个真实的故事

财 看门道

7月底的股市震动加剧，那些成长确定性高的品种被抛弃，纯粹“讲故事”的品种涨个不停。很多投资人甚至有些业内人士都摇头看不懂。

容易看懂的就不是股市了。不说成熟市场，光说咱们A股，满打满算也30年了，但真正能驾驭市场的又有多少人？不仅仅因为市场日新月异，更重要的是难有规律可循。

昨天有位蛮久没有联系的朋友给我打电话，问我国民技术是卖还是不卖好？原来几年前帮她满仓国民技术，套住了，她说等钱用，就账户拿回去了。后来资金到位就没有斩仓，股票扔在那没管，已经忘记了。最近看到国民

技术涨得欢，依稀记得好像账户里有，打开一看，哇，满仓N倍。

又一个忘记了账户却狂赚的个案。时不时市场都会爆出这样的“神话”。但是，这种神话得有个前提——拿着好股票或者未来能站到风口的股票。相对而言，前者容易找，后者则难找。像国民技术，当初买它的时候，其实就是看中它的“中国芯”，不料一等就是四五年才站上风口，时间成本不菲。

最近一些本来确定性很高的股票被狂砸，其核心是原来的“确定性”变得不确定了。例如白酒，原来是高速成长的，但是说要向高端白酒征收消费税，若属实的确挤压了高端白酒的利润空间。在风向转向制造业的当下，消费被暂时抛弃也很正常，但相信最终股价还是会围绕价值波动的。8月当半年报陆续公布之后，市场应该会回归理性。 黎婉仪