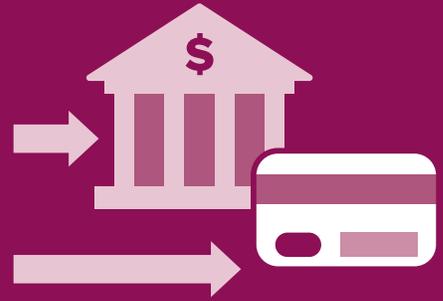


债务解析

所谓债务,就是指您欠别人钱,比如您有贷款或未偿还的信用卡金额。如果您无法偿还债务,有一些方法可以帮助您。



consumer.gov/Chinese

债务是否一定是坏事?

欠钱并不一定是坏事。按时支付账单可以帮助您建立和改善您的信用记录。

但当您无法还债时,债务就成为了问题。如果无法偿还债务,您可能会遇到法律问题。或者会有债务催收员给您打电话。

债务会影响我的信用记录吗?

有时,债务可能会损害您的信用记录。例如,以下情况可能会影响您的信用:

- ▶ 信用卡欠款过多
- ▶ 延迟支付账单
- ▶ 未支付最低还款额
- ▶ 错过还款

更多关于您的信用记录的信息,请参阅 consumer.gov/Chinese 上的《[信用记录解析](#)》。

我该如何摆脱债务?

请从制定预算做起。您可以使用 consumer.gov/Chinese 上提供的《[预算工作表](#)》。

记录下您每个月的收入和支出。您可能会发现减少开支的方法。这样,您就可以把省下的钱用来还债。

您可以阅读 consumer.gov/Chinese 上的《制定预算》，以了解更多信息。

接下来，给您欠钱的公司打电话。在该公司把您的债务交给催债员之前先联系他们。解释您难以支付账单的原因。询问是否可以制定一个还款计划。有些公司可能会允许您每月少还一些，直到您还清全部欠款。

如果催债员联系您，您可以阅读 consumer.gov/Chinese 上的《债务催收人与您的权益》，了解应该如何应对。

如果我需要帮助怎么办？

如果您需要帮助以摆脱债务，信用顾问或许能帮您制定计划。

您可以阅读 consumer.gov/Chinese 上的《身负债务时的求助途径》，了解更多关于信用顾问的信息。