

# 客戶園地

2012年9月刊



柏志鴻 Alan

**服務種類:**

- 個人保險    一般保險
- 商業保險    基金投資
- 家庭信托    教育儲蓄
- 移民投資    房屋保險
- 團體醫療    強積金/公積金

**敬業感言:**

我組專注為你策劃達成財務自由  
我組專注保障您的財富跨代延續

## 本期內容

- 感冒會導致失聰?  
.....2
- 測驗：你的金錢類型是什麼?  
.....4
- 造成遺產糾紛的五大原因  
.....6
- 借還是不借？這是個問題  
.....8
- 看到這五大信號，你就可以考慮提前退休了  
.....9
- 無糖不等於健康——解密糖醇  
.....10



## 感冒會導致失聰？

感冒這個話題對我們而言從來都不陌生，我們身邊每時每刻好像都有人感冒。不過，輕微的感冒症狀似乎很少引起人們的注意。但你知道嗎，許多突發的永久性耳聾的案例，就是因為感冒引起的。

小陳今年 20 歲，是音樂學院的一名學生，她總喜歡把音響調到最大，和著搖滾音樂在房間裏跳舞。為此，她媽媽還多次告誡她，不要把音響開這麼大，小心耳朵會聾。沒想到，後來她的聽力真的幾乎降到了零，不過並不是因為音響的音量，而是因為一場感冒。

起初，她的感冒症狀並不嚴重，因此並沒有太在意，還是與往常一樣去學校上課。但三天後她突發高燒，咳嗽不斷，而且還伴有耳痛和耳鳴，於是她去看了醫生，吃了一些抗感冒的藥物，之後，發燒咳嗽似乎有所好轉，但耳鳴的症狀絲毫未減，而且雙耳的疼痛與日俱增。

感冒第十天，醫生檢查出來她耳內的咽鼓管因發炎而被堵塞，但不能確定發炎是否是由細菌感染引起的。次日早晨起床時，小陳聽到的聲音變得非常微弱。雖然她還能隱約聽見一些外界的聲音，但卻完全聽不見自己說話，甚至無法確定自己是否在說話。



一週後，小陳的感冒痊愈了，但愛好音樂的她，卻什麼也聽不見了。

### 感冒為什麼會導致失聰？

感冒真的會導致失聰嗎？沒錯。其實人體的耳部神經是相當脆弱的，如果在感冒時受到細菌感染從而出現發炎和腫脹，那麼聽覺神經就會受到損傷。此外，感冒時，內耳往往供血不足，如果血管不能及時擴張使血液恢復循環，內耳的神經線也可能腫脹並導致失聰。



### **這種失聰可以治愈嗎？**

以目前的醫療水平，當聽覺神經受到損傷，恐怕很難修復。不過如果能在症狀出現的一兩天內及時就醫，至少 50%的人是可以改善病情的。



### **怎樣判斷神經受損？**

目前的研究資料顯示，突發性耳聾往往是細菌感染的併發症。許多人在感冒時感到耳道被堵塞，並且伴有耳鳴症狀，但他們往往認為這是感冒的症狀之一，會隨感冒的好轉而煙消雲散，所以並沒有在意。殊不知，如果他們的感冒痊愈後，耳鳴的症狀依然存在，這時恐怕再好的醫生也無能為力了。

如果你在感冒之前聽力正常，這裡有一個簡單的方法可以判斷你的耳道堵塞是因為耳道充血還是神經損傷：大聲地“哼”出來。如果你透過堵塞的耳朵能聽見自己的聲音，那就是耳道充血造成的暫時性問題。但如果一只耳朵聽到的“哼”的聲音比另一隻更響，這就暗示著你的聽覺神經可能已經受損了。

### **如何預防？**

如果出現耳鳴症狀，一定要去醫院檢查聽力。花幾十分鐘時間做個詳細的聽力測試，你就能知道自己的聽力是否受損以及受損的程度是多少了。

人食五穀，不能無病。但是只要稍微注意一下，就可以防止小病發展成大病。預防，往往比治療更重要。希望我們每個人都能多聽聽自己身體的聲音，及時發現身體的問題，並及早治療。生命之花需要我們的呵護。



## 測驗：你的金錢類型是什麼？

對於金錢，每個人都有自己的看法。如何判斷自己的金錢觀？完成下面這個測驗，你就會有答案。

### 評分標準：

1:非常不同意；2:不同意；3:有點不同意；4:有點同意；5:同意；6:非常同意。

<b>類型一： 金錢逃避者</b>	1. 當別人的錢比我少時，我覺得我不應該有那麼多錢。	1 2 3 4 5 6
	2. 富裕者都是貪婪的。	1 2 3 4 5 6
	3. 擁有的東西超過所需，是不好的。	1 2 3 4 5 6
	4. 富人之所以富，是因為利用別人。	1 2 3 4 5 6
	你的得分：	
如果得分超過 13，就是 <b>金錢逃避者</b> 。你相信金錢是萬惡之源，富裕者都是貪婪和墮落的；以更少的錢生活才是美德。你可能破壞自己的財務成果，或者無意識地花費錢財，總之，錢越少越好。通常你的行為特徵有：忽視帳單，消費過度，難以堅持預算等。		

<b>類型二： 金錢崇拜者</b>	1. 擁有更多的錢，就會更快樂。	1 2 3 4 5 6
	2. 錢永遠不嫌多	1 2 3 4 5 6
	3. 錢能夠解決任何問題。	1 2 3 4 5 6
	4. 錢能買來自由。	1 2 3 4 5 6
	你的得分：	
如果得分超過 13，就是 <b>金錢崇拜者</b> 。你相信，任何問題的解決方式就是擁有更多的錢；金錢永遠不夠。你很容易消費上癮，喜歡隱藏財富，並把工作排在家庭的前面。即便買不起某一件東西，或者在財務上依賴他人，可能你還是會把錢花出去。		



<b>類型三：</b> <b>金錢關注者</b>	1. 我從來不買二手貨（如汽車、房子）。	1 2 3 4 5 6
	2. 自我價值就等同於財產淨值。	1 2 3 4 5 6
	3. 窮人都是懶人。	1 2 3 4 5 6
	4. 不是最好的東西，就不值得買。	1 2 3 4 5 6
	你的得分：	
如果得分超過 13，就是 <b>金錢關注者</b> 。你把財產淨值和自我價值看做是同義詞，喜歡裝大方，所以有過度消費的風險。你相信只要生活得高尚，上天就會滿足你的經濟需求。你很可能會對消費上癮，在財務上依賴他人，或在消費問題上對伴侶撒謊。		

<b>類型四：</b> <b>金錢警慎者</b>	1. 未雨綢繆是很重要的。	1 2 3 4 5 6
	2. 花再多時間貨比三家也值得。	1 2 3 4 5 6
	3. 當現金不夠支付，就不該購買。	1 2 3 4 5 6
	4. 沒有緊急資金，我會神經崩潰。	1 2 3 4 5 6
	你的得分：	
如果得分超過 13，就是 <b>金錢警慎者</b> 。你對自己的財務利益非常警慎。你認為，賺錢、儲蓄、拒絕施捨，都很重要。你不太賒帳，對自己的財務狀況有一定的焦慮感和保密性。雖然你主張儲蓄和節儉，但過多的焦慮會妨礙你享受金錢所提供的好處和安全感。		

測完了嗎？你屬於哪種類型？你覺得這個測試結果準確嗎？如果是的話，不妨推薦給家人或朋友哦！



## 造成遺產糾紛的五大原因

錢越多越快樂，擁有這樣想法的人不在少數。不過，富豪們似乎並不這麼認為，雖然他們住別墅，開名車，購遊艇，但他們也有自己的煩惱——金錢帶來的煩惱。據統計，2011年，僅香港地區，就有十多個富豪家庭面臨著遺產紛爭，富豪的兄弟姐妹之間、婆媳之間、合夥人與家人之間，種種潛在矛盾都很有可能在富豪過世之後進一步激化。

其實，不僅僅是富豪家庭存在著這樣的擔憂，即便在普通的家庭，處理不好遺產分配問題，家庭成員也會面臨決裂的風險。他們會想，“為什麼是他而不是我”，“他憑什麼得到它”，“他是不是說我壞話”……有時，儘管家長有著美好的願望，希望自己過世之後，遺產可以按照自己的意願分配，但事情並非完全按照他們所想的那樣發展。



那麼，造成繼承人之間的遺產紛爭的原因是什麼？如何才能避免？

### 原因一：繼承人認為分配不公平

大多數人都對公平的分配感興趣，但每個人對公平的理解不同。例如，家長可能會認為一套房按照面積平均分配是比較合理的，而經常在家裡住的孩子卻認為他應該多分到一點面積。又例如，如果家長給一個孩子留的是現金，給另一個孩子留的是保險或信託基金，也可能引起不滿。所以，瞭解繼承人的想法，將有助於找到更少爭議的分配方法。

### 原因二：家庭成員間缺乏信任

當主持大局的家長過世之後，不可否認的是家庭中的力量平衡會發生改變。有時，人性中根深蒂固的缺點會在此時浮出水面，人們漸漸開始懷疑其他家庭成員的動機。尤其是遺產分配的執行者不能做到不偏不倚時，家庭成員之間更容易出現矛盾。



### 原因三：個人物品的分配不當

一件物品在每個人心中的價值不盡相同，這也是造成遺產爭端的原因之一。比如，許多家庭都有一些祖傳的或者珍貴的物品要傳給下一代，而這些物品的價值通常難以估計，繼承者很容易遭到其他繼承人的嫉妒，從而導致爭搶物品、關係破裂等情況。因此，在決定由誰繼承某件具有特殊意義的物品時，最好留下一封書面的信件，並說明你想要這樣分配的原因。如果這種辦法不能解決爭端，你甚至可以考慮競拍、抽籤等方式。

### 原因四：選擇的執行者難以服眾

許多情況下，遺產執行者本身就是家庭成員之一。一些家長往往會讓長子長女擔任遺囑的執行者，但其他家庭成員卻會認為家長找錯了人，認為家長並不信任自己，所以把自己排除在過程之外。這些感受最後都可能演變成憎恨。所以，一位好的遺產執行者應當具備足夠的時間、意願和能力來從事這項耗時費力的遺產管理工作。

### 原因五：遺囑內容讓家人震驚

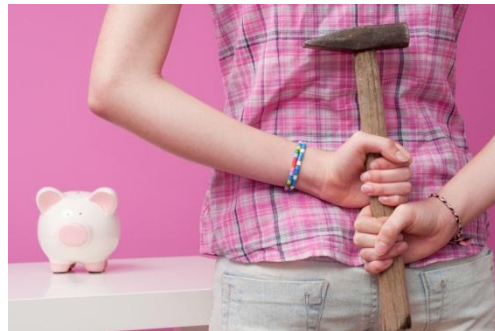
要知道，許多人只有在家長過世之後才有機會看到他所訂立的遺囑，因此，在訂立遺囑時與利益相關人溝通，將自己的意願告知他們，可以幫他們做好心理準備，不至於最終知道遺囑內容時大驚失措。不管怎樣，讓家人瞭解你的意願，才能最有效地避免相關的爭端。

遺產有價，愛無價。當所有繼承人對你分配的遺產都毫無爭議時，你留下的就不僅是有價的遺產，還有對每個繼承人無價的愛。



## 借還是不借？這是個問題

徐女士是一位有穩定工作的中產階級，她弟弟最近打算買車，可是手頭現金不足，打算向她借一筆錢。雖然徐女士出得起這筆錢，但她也面臨著房貸的壓力，而這筆錢相當於她三個月的薪水。借了，這筆錢很可能在短期之內無法收回來，而且自己和家人要省吃儉用還房貸；不借，彼此感情多少會受到影響，還可能造成家庭關係緊張。你認為她應該借還是不借？



如何應對家人借錢是個大眾難題，怎樣才能既最大限度地幫助對方，又不至於影響到自己的財務狀況？

### 第一，確定自己是否有能力提供幫助。

許多人認為，借錢給家人，只要出得起就借，但他們似乎沒有意識到這筆錢對自己財務目標的實現意味著什麼。這筆錢你攢了許多年，也許本來是打算給孩子作大學費用的，也許本來是準備給自己作退休後的生活費用的，這筆錢一旦失去，孩子的大學費用、自己的退休生活費都可能失去保障。因此，不論對方做出什麼承諾，你都要做好最壞的打算：這筆錢借出去後很可能收不回來。

在做出決定前，考慮一下這筆錢是否會使自己的財務目標受影響，如果答案是肯定的，一般情況下，最好的決定就是不借。

### 第二，尋找非金錢的替代性幫助。

張先生也遇到與徐女士類似的狀況，他表哥的車在車禍中損毀了，打算向他借錢買一輛新車。張先生很樂意幫忙，但自己生意的狀況不是很好，在金錢上所能提供的幫助也很有限，於是他提出把自己的車借給表哥用一陣子。雖然他的表哥沒能從他那裡借到錢，但也很感激他的幫忙。

### 第三，書面寫下所提供的幫助。





通常來說，如果借出的錢超過一定的限度，你就應該要求對方寫一張借條。書面的記錄不僅可以防止誤解，還可以作為法律證據以備不時之需。



#### **第四，考慮可能的回報。**

一般來說，我們借錢給家人往往是不考慮回報的，但有時考慮回報對雙方都有好處。例如，你可以以借款的形式幫助孩子支付大學費用，再與孩子約定若干年內他要把這筆費用還清。這樣的做法能培養孩子的責任心。

借還是不借？不同的狀況下你可能會做出不同的決定。但不論你做出怎樣的決定，都要充分意識到這個決定會給雙方帶來怎樣的影響。

## **看到這五大信號，你就可以考慮提前退休了**

有的人年逾古稀，仍在工作，而另一些人正值不惑之年，卻已經在享受退休生活了。

在職場奮鬥了二十多年，也得到了不錯的回報，或許這時你會考慮停下辛苦的工作，享受一下勞動的果實。如果你看到以下五大信號，那你基本上可以考慮提前退休了：

### **信號一：你與較年輕的人從事類似的工作。**

當你在職場中獲得晉升時，往往要承擔更大的責任。因為對於更高薪水的人，上司往往會有更高的期待。如果你在開會的時候環顧四周，發現自己是最年長並且薪水最高的，這時你要麼就要做好承擔更大責任的準備，要麼就可以考慮提前退休了。

### **信號二：越來越討厭週一。**

週一對你來說就像是噩夢，你不再享受自己的工作，也不再欣賞你的同事。工作上的壓力讓你喘不過氣，影響到你的精神和身體健康。如果你符合這種狀況，那麼是時候考慮換一種環境了。



### **信號三：你遇到難以逾越的工作障礙。**

也許你已經達到自己事業的巔峰，也許你無法具備再次升職的條件，例如能夠奉獻額外的時間或擁有高超的領導技巧。總之，你遇到了難以跨越的工作障礙。而與此同時，公司裡的其他員工還在工作中快速成長，並很快趕超上來。在這種情況下，你也可以考慮提前退休了。

### **信號四：你希望得到事業上的改變。**

你已經厭倦了自己的工作，希望專注於另一些事情上。我們都知道，外面的天空更寬廣，但只有走出房間，你才能有徹底的改變。如果你已經具備另一番事業所需的知識、技巧與能力，或者你想要嘗試另一種職業，那麼現在也許就是開始的時候。



### **信號五：薪水之外的收入已足夠支撐你每月的生活開銷。**

如果除了全職的工作之外，你還有另一份收入，並且它足以維持你的所有日常支出，那麼提前退休就很容易了。股票、房地產、債券、保險等投資產生的收入可以使你實現提前退休的夢想。

當你經歷幾十年職場生涯後，如果工作不能給你帶來喜悅和成就感，不能給你帶來讓自己進一步提升的機會，何不走出房間，享受廣袤無垠的天空呢？

## **無糖不等於健康——解密糖醇**

隨著飲食的種類越來越豐富，許多人攝入過多的糖份，引發了蛀牙、肥胖、高血糖等健康問題。於是，“無糖口香糖”、“無糖飲料”、“無糖餅乾”、“無糖巧克力”等打著“無糖”標籤的食品應運而生，“無糖”已漸漸成為了健康的代名詞並被人們廣泛接受。但是，這些所謂“無糖”或“低糖”的食品並非沒有糖，而是大多採用低卡路里、不至於使血糖快速升高的代糖，其中最為盛行的就是糖醇。



### 什麼是糖醇？

不要誤解了它的名字，其實糖醇既不是糖，也不是醇，但它同時兼有糖和醇的化學結構。在糖分子上加一個氫原子，就構成了糖醇。例如，山梨糖醇是一種使用較為廣泛的糖醇，它就是在葡萄糖分子上加一個氫原子構成的。



### 糖醇有何利與弊？

糖醇通常是從漿果和各種水果中提取而成，它既能滿足我們想吃甜食的慾望，又不會造成太大的卡路里負擔。這聽起來似乎令人振奮，其實不然。長期食用糖醇，身體最終要為之付出代價。這是因為，雖然糖醇的卡路里較低，但它不能被人體吸收，而當無法吸收的糖醇通過腸道時，很容易導致腹瀉、腹脹或腹痛。

### 普遍使用的糖醇

在我們日常食用的無糖或低糖食品中，經常會用到一些糖醇。當你仔細閱讀食品的配料表時，你就會發現下面這些糖醇的身影：甘露糖醇、山梨糖醇、木糖醇、乳糖醇、異麥芽糖醇、麥芽糖醇、赤藻糖醇、氫化葡萄糖漿，以及氫化水解澱粉等。

### 並非所有糖醇都相同

每一類糖醇都有各自不同的特點。例如，甘露糖醇和山梨糖醇會導致胃部不適，應謹慎食用。而赤藻糖醇則可以被小腸吸收，因而不會導致腹瀉。

最有應用前景的要數木糖醇了。一些研究顯示，木糖醇能對牙釉質和骨骼密度產生積極的影響，因而我們經常能在口香糖的配料表中見到它。不過，雖然小劑量食用木糖醇是有益的，但過度攝入也會導致腹瀉。

特別需要注意的是山梨糖醇，因為它會對糖尿病患者的健康造成威脅。其實，身體健康的人有能力將葡萄糖轉化為山梨糖醇，而在糖尿病患者體內，這個轉化過程被大大加速了。山梨糖醇在糖尿病人的體內快速積累，一時間很難排出體外，很容易造成細胞膨脹，進而損傷神經、腎臟和血管，甚至導致白內障。因此，糖尿病患者要儘量避免食用山梨糖醇。



所以，在選購食品時，不要盲目地相信“無糖”就等同於健康。只有多研究食品的成份，多留心，你才能做出正確的選擇。



中秋節快樂！