

**炒股炒输后睡不着觉怎么办~人在外地，炒股输的精光。能借的都借了，现在饭都吃不起，我该怎么办。自己一个人在外地。怎么办啊-股识吧**

**一、炒股票输了很多钱，每晚都睡不着觉，害怕见到家人，每天心情都不好，感觉无颜面对江东父老，想死的心都有**

如果钱不是急用的，公司的业绩还可以的话，就先放着，相信5000点一定会上的，用时间去换空间，如果清仓就确定输了，长线是可以的。  
如果急用就减仓一半，在相对的高点，以后有地点在补仓，不论怎么操作都不要满仓，鸡蛋不能放在一个篮子里，这样就不急了，试试吧！

**二、我炒股炒的很累，午休没有了，钱也赔了不少，真不想炒了，但赔了这么多钱又不甘心，这么来平衡心态啊**

心态，楼主，你可能不大适合炒股..或者说现在玩得晕了，建议空仓几个月看看，反正现在行情也好不到哪里去..----宁波某证券公司客户经理.

**三、人在外地，炒股输的精光。能借的都借了，现在饭都吃不起，我该怎么办。自己一个人在外地。怎么办啊**

找一个包吃包住的工作，赚的少也没关系

**四、炒股亏了好多，心态不行了，怎么办**

炒股亏损了，不要想着快速翻本，应该休息一下，空仓一段时间，好好总结经验。心态不好主要是有压力，压力来自于哪里，是技术和操作系统没有自信，还是亏损不起，股价一波动就紧张。  
分析自己心态不好的原因。

## 五、最近炒股票，人变的患得患失，情绪很不好。心又太急。睡觉也不太好。我这样的，如何坦然面对呢？谢谢

这位朋友 您好！上面几位朋友说的都很有道理。

股市有风险啊，投入的金额一定不要超过自己的心理承受范围。

投入后，不要贪，每年收入比银行利息稍高就行，不要有一夜暴富、一年暴富的想法，因为那些只是天方夜谭。

把它当做一种乐趣，涨了，哈哈几句；

跌了，嘿嘿几声。

不要听取任何专家的话，一年做一波。

每年进股市的时间是所有人不看好的时候，出股市的时间是所有人看好股市的时间。

祝好~！上海神光心理咨询中心--彭瑞林

## 六、炒股失利，得了神经衰弱，怎样可以轻松迅速彻底地治好神经衰弱？

乐天知命，顺其自然。

在日常生活中要做到：养精蓄锐、不急不躁、多休息、少些功利心。

我也神经衰弱过，那种滋味不好受。

告诉你我曾用过的治好我神经衰弱的偏方：配方内容：所需的配料：八角250克 食盐250克 绿片枝茶250克 桂皮500克 生姜1250克 具体做法如下：每次取用八角5克 食盐5克 绿片枝茶5克 桂皮10克 生姜25克（生姜要去皮），然后把八角、食盐、绿片枝茶、桂皮和生姜充分切碎或碾磨碎，均匀掺合在一起，放入锅中加水3-5升，然后用小火慢慢熬制30分钟。

熬制完毕以后充分静置片刻，待充分沉淀后，等到汤液温凉时饮用即可。

然后把剩下的渣滓倒掉就可以了。

每天两次。

在饭后两个小时后使用此配方。

很容易治好神经衰弱、很容易恢复健康，没有什么问题的。

没什么了不得的事情。

## 七、赢钱了、输钱了、怎么都睡不着觉该怎么办好？

别玩。  
不就不会输或赢了

## 八、叔叔喜欢炒股，但是最近因为炒股赔了不少钱就失眠了，整夜都睡不着，怎么办？

你叔叔的这种情况最好是转移注意力，从股票这件事转移到其他事，找点事做不要老让他闲着，这样做的理由有两点：一、让其他事情占据他的时间，让他没时间想股票，二、他不停的做事情就会疲劳，累了就有助于睡眠。  
西安治疗失眠最好是去西安红缨失眠诊疗中心，听说那里口碑很好，就在西安大学东路和红缨路交叉口附近，可以去看看。

## 九、期货陪大了，心情一直很低迷，我该怎么办呢？

不要自责了。  
期货市场不是每个人都有勇气去闯的，你敢碰已经具备了超人的胆识，只是缺少一点运气而已。  
就当这个钱已经打水漂，不存在了。  
要知道，赚钱不是生活的全部，亏钱更不可能是。  
生活的绝大部分是陪伴自己的家人，过得开心。

## 参考文档

[下载：炒股炒输后睡不着觉怎么办.pdf](#)  
[《股票打新多久可以申购成功》](#)  
[《股票公告减持多久可以卖》](#)  
[《德新交运股票停牌多久复牌》](#)  
[《股票开户最快多久能到账》](#)  
[《股票资金冻结多久能解冻》](#)

[下载：炒股炒输后睡不着觉怎么办.doc](#)  
[更多关于《炒股炒输后睡不着觉怎么办》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/article/22511190.html>