近来，有不少网友都反映信用卡被降额了，有信用卡的朋友通常都是考虑如何提高信用卡额度，不过现实中，经常有网友反映信用卡被无辜降额。而且大家还都不清楚降额的原因是什么。网友案例：家住朝阳区的张小姐告诉小编，自己有一张4万元额度的建设龙卡信用卡，五天前接到银行来的系统短信，通知信用卡使用最高额度调低至2万元。“平时好端端地使用，为什么突然额度就被降低了，而且一降就是好几万。”融360小编支招：张小姐要想恢复额度，需要对症下药，得找到被银行调低额度的原因，假如是由于信用卡逾期不还，那就从现在开始按时足额还款，千万不要在逾期，过一段时间之后，再致电建设银行申请调回额度；要是账户出现异常，不是自身原因的话，就跟银行说明白，要求挑好额度；要是确实是自己非法套现造成的，就不要再套现了。一般情况下，银行是不会无端降低持卡人的信用额度的。哪些情况会被建设银行降额？融360小编为大家总结了，以下三种情况会很快被建设银行降额。1、经常出现信用卡逾期不还的情况，信用卡逾期不还，试想一下，总是欠钱不还，银行一定就不敢再借那么多钱给你的，这样是最容易被银行降额的。2、账户出现异常，有恶意套现嫌疑，如果您在某一段时间有大量刷卡交易，类型也特别集中，就很容易被银行怀疑为套现，这种情况就属于账户异常，账户异常还包括卡片被盗等等。3、如果您的建设信用卡已经超过5个月没用了，那么也是很容易被银行降额的，长期不使用的信用卡，存在严重的安全问题。对于这种睡眠卡来说，降低额度也是有益处的，一旦出现盗刷，损失没有那么严重。