

办了信用卡，特别是办理多张信用卡的情况下，部分持卡人很容易过度消费。到了还款时才发现，自己的收入根本还不上，而一旦过了免息期不还款不仅要支付高额的利息和滞纳金

，还会影响个人信用，有碍以后申请房贷、车贷。信用卡真的还不上，如何有效补救？

1、偿还最低还款额

最低还款额，也称为最小还款额，是当持卡人在到期还款日（含）前偿还全部应付款项有困难时，可按照账单上的最低还款额进行还款，不影响信用状况，但不能享受免息还款期待遇。

一般来说，银行信用卡最低还款额的计算方式为：消费的10%，加取现的10%，加上分期本金的100%，再加上费用及利息的100%，如“上期账单”未还到最低还款额，还需要加“上期账单”最低还款额的未还部分。

按照最低还款额还款会涉及到利息，目前除了工商银行外，各大银行的利息收取都是采取全额罚息的方式。什么是全额罚息呢？即当期账单上的所用款项将不能享受免息还款期待遇，当期账单上所用款项按每日万分之五计收自银行记账日起至还款入账的前一天止的透支利息。

举例来说，刘先生信用卡账单日为每月5日，到期还款日为每月25日，最低还款额为应还金额的10%。6月5日银行为张小姐打印的本期账单包括了她在5月5日至6月5日之间的所有交易账目：

假设本期刘先生仅在5月30日消费一笔支出，金额为人民币1000元，则刘先生本期账单的“本期应还金额”为人民币1000元，最低还款额为100元。

若刘先生于6月25日前，只偿还最低还款额100元，那么，7月5日的对账单上的利息=17.5元。具体计算如下： $1000\text{元} \times 0.05\% \times 26\text{天} (5\text{月}3\text{日}-6\text{月}25\text{日}) + (1000 - 100) \times 0.05\% \times 10\text{天} (6\text{月}25\text{日}-7\text{月}5\text{日}) = 17.5\text{元}$ 。

工商银行信用卡仅对未偿还部分征收利息。

2、分期还款

如果确实还不上信用卡，可以办理信用卡分期，逐期偿还。信用卡分期没有利息，但是有手续费。银行为了激励持卡人办理信用卡分期业务，经常推出一些优惠活动，比如办理分期送积分、送礼品或者分期手续费打折等等，如能参与这些优惠，也可以薅到一点羊毛，节约分期成本。

3、主动与银行协商

一旦连最低还款额都还不上，最好的办法就是持卡人马上和发卡银行联系，说明

自己的情况，表示自己并非恶意欠款，只是由于一时的经济情况变动无法马上还清，申请延期还款。一般来说，只要持卡人主动联系银行，银行通常都会为持卡人设计一个双方都能接受的还款方式，比如将欠款金额延期1-2个月偿还，利息予以折扣或是每个月偿还一个持卡人能接受的额度。毕竟一旦持卡人无法还款对于银行来说这笔钱就属于坏账。因此，银行会很乐意挽救每一个想要还款却暂时无法还款的持卡人。

小编建议：如果持卡人连%的最低还款额都还不上，那么，千万不要选择跑路，即换地址、换手机，让银行联系不上这种方式也是最糟糕的。要知道，你的个人资料和信用情况都会在央行的征信系统中有记录，以后不管你跑到哪里，除非这辈子不和银行打交道，不再自己实名交水电煤气费等等，不再买手机卡和办理固定电话等所有需要实名的事情，否则银行就会找到你。而你的信用记录也被抹黑了，以后将很难获得银行贷款和信用卡的审批，甚至还有可能会影响到你未来的就业。