

# 两市昨逾千个股从涨停到跌停

## 专家建议，防守型出击或是应对“慢牛”的有效招数

在周末一系列重磅救市利好消息的影响下，昨日两市大幅高开。但是好景不长，随后个股明显分化，仅金融、石油等蓝筹股逆势大涨。午后开盘后，沪指跳水逼近前期新低，题材股盘中再现跌停潮。临近尾盘沪指在震荡中再度走高。

截至收盘，沪指报 3775.91 点，涨 89.00 点，涨幅 2.41%；创业板报 2493.83 点，跌 111.45 点，跌幅 4.28%。两市逾 900 股跌停，仅仅 55 只个股涨停。

记者 王婧

### 两市逾千只个股从涨停到跌停

经过市场非理性的暴跌洗礼后，昨日两市不负众望地高开。

早盘，两市一片红，沪指开盘大涨达 7.82%，盘中逾千股涨停。随后，行情急转直下，个股从统一线走向分化，沪指高开低走，权重股、题材股集体冲高回落，盘中震荡走低，小幅跳水破 3900、3800、逼近 3700 点。

临近午盘时，银行、两桶油出手拉升，相关个股冲击涨停，沪指再度回升，而午后开盘后，沪指再次震荡走低，翻绿破 3700 点，跌近 1%，两点四十分左右，沪指开始拉升，一度涨幅超过 3%，临近尾盘有所回落。

昨天最让股民大跌眼镜的是，两市逾千只个股从涨停到跌停，且日振幅达到 20%。截至收盘两市逾 900 股跌停，仅 55 只个股涨停。

板块方面，两市板块普跌，仅证券、银行、保险翻红，商贸代理、航空制造、互联网、国产软件、通信设备、房地产、智能机器、医疗保健跌幅靠前。

甬股昨天也是一片惨绿，51 只甬股中，除了 10 只正在停牌外，跌幅超过 9% 的多达 25 只，其中 19 只跌停。

### 股民后悔涨停时恋战

比“爱过”更悲凉的一句是“赚过”，比“赚过”更悲壮的一句是“涨过”……

“在早上涨停的时候就应该逢高减仓的，可是由于自己恋战，现在好了，你看看全部又跌停了。”昨天，股民许先生一边看着大盘行情，一边后悔不迭。

记者看到许先生购买的股票有深科技、步森股份、航天晨

光等，全部跌停，“按理来说，我在股市也扑腾了四五年了，算不得身经百战，也算是有点经验了，但是这次的市场已经完全超出我的经验值了。”许先生说，以前遇到大调整，忍耐一下，总会反弹回来的，现在是“跌跌不休”，连这么多的利好政策都拉不住。“昨天中午我又加了仓，结果还是跌得很惨，前期赚的 30 万元全部回吐回去不说，本金现在都倒亏了 30%。”

### 建议：最好能防守型出击

“很显然，经过近日来的连续暴跌，A 股市场目前已经进入牛市的下半场了。”太平洋证券山东路营业部证券分析师李金方表示，在牛市下半场，震荡是主旋律，要想获得超额收益，防守型出击或将是应对这头慢牛的最有效招数。

所谓防守型出击，就是在不确定性中寻找稳定性品种。不过，李金方指出，投资者的抗风险能力如果比较弱的，可以考虑逢高减仓或暂时离场，等行情相对稳定了再进场，而风险承受能力比较强的，能承受震荡区间在 20% 以上的投资者，建议坚定中长期持有，但是前提是所选的个股确实业绩优良，具有良好的成长性。

另外，海通证券相关分析人士认为，A 股急跌后，政策维稳将遏制恐慌情绪，牛市逻辑仍在。但大跌已经深刻教育了投资者，未来杠杆资金入市将更趋谨慎，管理层也将对杠杆资金的管理更加规范。而连续三周的大跌对人气杀伤大，未来资金入市速度将趋缓，告别疯牛。

海通证券预计本次市场强反弹后仍有个震荡筑底阶段，原因在于本轮下跌源于去杠杆，目前上证综指 3700 点附近，与 3 月 26 日接近，但场内融资余额比当时高 4600 亿，这些都是套牢盘，占比 24%，以此比例推出场外杠杆资金套牢盘 2000 多亿，杠杆资金套牢盘合计近 7000 亿，市场需时间盘整消化。

### 股市点评

### 小票风险进一步释放

在周末众多救市大利好齐出的刺激下，昨天大盘开盘以 3975 点大幅高开，涨幅近 8%，不少个股以涨停开盘，但很快招引平盘蜂拥而出，导致指数节节下挫，尽管两桶油、银行股等权重板块竭力护盘，但由于小票平仓力度有增无减，创业板指数一度大跌 7%，市场恐慌性抛售再现，近千家个股跌停。后市最后一小时，在石化、银行、券商等权重板块再度发力的带动下，大盘最终收涨 2.41%，创业板指数收跌 4.28%。

昨天权重大盘蓝筹股的强力护盘并没有改变小票进一步调整的命运，原因是权重股受到大资金的集中攻击，小票受到挤压而集体走弱，盘面形成显著的二八和一九的风格切换，令程序化的配资强平盘再度涌现，小票个股的风险进一步释放。由于昨天的救市动作基本没有惠及小票群体，钟爱小票的深套者感到异常郁闷，对救市的效果难免产生怀疑和不满。

实际上，目前局势异常严峻，大资金救市只能先从稳住指数着手，权重股就成为主要护盘工具，马上要顾及众多小票有相当难度，如何阻遏深跌个股无止境地下跌，恐怕需要各方的努力。

不过，中证 500 期货昨天又出现 204 个点的升水，这是连续第二天产生的正基差，且幅度比上周五明显加大，值得留意。若这一趋向进一步强化，说明空方力量已呈现强弩之末的动向，多方将逐步夺回主动权。

目前形势依然扑朔迷离，投资者一方面不用怀疑国家救市的信心和决心，另一方面，目前股市处于危机阶段，宽幅震荡难免，投资者不要脑子里总想着如何去抄底赚钱，而应以顾全大局为首任，合理控制仓位、耐心等待局势明朗为上策。

民族证券宁波营业部（本文分析仅供参考）

# 宁波国际汽车博览会

## 全家欢乐嘉年华

### 8.21-24 宁波国际会展中心

## 盛宴再临·不容错过



车仔

**A级车展** **品牌云集**  
**厂方直销** **车价超低**



关注微信  
送门票

宁波车展官方微博

官方微博：@宁波车展官方微博  
官方微信：宁波车展官方微博  
官方微信：宁波车展官方微博