

Austin Wang, CFP® / EA | 保险 / 长期护理规划自查清单

保险与长期护理自查清单

保障够不够、有没有买错、长期护理这块补上了吗

配合视频/文章使用:这份清单帮你盘一遍家庭的保障是否够、结构是否合理,尤其是很多家庭忽略的长期护理(LTC)。保险的价值在于用小成本转移大风险,买错或买多都是浪费。适合上有老下有小、或临近退休的家庭。

先填几个基本信息

基本信息	请填写
本人 / 配偶年龄	_____ / _____
家庭主要收入者年收入	\$_____
现有寿险保额 / 类型	_____
是否有长期护理保障	☐ 有 ☐ 无
家中是否有需要照护的长辈	☐ 是 ☐ 否

重要提醒:保险不是买得越多越好,也不是「有就行」。真正要问的是:如果最坏的事发生,家庭的现金流和资产能不能扛住?保障要够、结构要对、成本要合理——别让一张复杂的保单,占用了本该用于其他规划的钱。

一、家庭保障的 7 个关键节点

1. 收入保障:寿险够不够?

- ☐ 常用估算:覆盖未来若干年收入 + 房贷 + 子女教育 - 现有资产
- ☐ 家庭主要收入者往往保额不足,这是最常见的缺口

2. 定期 vs 终身:买对类型

- ☐ 多数家庭的收入保障需求,定期寿险(term)性价比最高
- ☐ 终身 / 储蓄型保单适合特定传承 / 税务需求,别被当储蓄产品买

3. 伤残保障常被忽略

- ☐ 工作年龄段,丧失工作能力的概率高于早逝
- ☐ 长期伤残险(DI)保住的是你「赚钱的能力」

4. 长期护理(LTC):退休资产的隐形杀手

- ☐ 一次长期护理可能耗掉几十万,冲击退休资产与配偶生活
- ☐ 传统 LTC、混合型(寿险 / 年金 + LTC)各有利弊,要按情况选

5. IUL / 万能寿险:别被销售话术带偏

- ☐ 指数型万能寿险(IUL)结构复杂、费用高,演示表往往过于乐观
- ☐ 它有适用场景,但不适合当「退休储蓄」或「稳赚」产品卖给你

6. 已有保单复核

- ☐ 旧保单是否仍符合现在的需求?保额、受益人、费用是否还合适
- ☐ 有没有在缴一份早就不需要、或表现不佳的保单

7. 保障与整体规划的衔接

- ☐ 保险要和现金流、税务、传承一起看,而不是孤立地买
- ☐ 受益人设置要与遗嘱 / 信托协调,避免冲突

二、保障缺口筛选

请勾选符合你情况的项目。勾选越多,越说明需要一次保障体检。

- ☐ 家庭主要收入者的寿险保额,我其实没认真算过
- ☐ 我没有伤残保障,或不清楚自己有没有
- ☐ 我完全没有长期护理方面的准备
- ☐ 我手上有旧保单,不确定还合不合适、要不要留
- ☐ 我被推销过 IUL / 万能寿险,看不懂也不确定该不该买
- ☐ 家里有长辈可能需要照护,但没做任何准备
- ☐ 我的保单受益人多年没更新过

简单判断:勾选 0-2 项——保障基本到位,定期复查。勾选 3-5 项——建议做一次保障缺口与保单复核。勾选 6 项以上——通常存在明显缺口或错配,值得系统梳理保障结构。

你可以先准备这些资料

资料类别	需要准备什么
家庭资料	主要收入者年收入;房贷余额;子女教育预期
现有保单	各寿险 / 伤残 / 长护保单的保额、类型、费用、受益人
资产负债	现有资产与负债概况
健康与家族	本人健康状况;家族长期护理需求史

咨询前自测:三个最关键的问题

问题 1:如果家庭主要收入者明天无法再工作,家庭的现金流能撑多久?

我的答案:_____

问题 2:你手上的保单,能清楚说出保额、类型和每年费用吗?

我的答案:_____

问题 3:如果你或配偶将来需要长期护理,这笔钱打算从哪里出?

我的答案:_____

预约 30 分钟免费和我聊

把这份清单填好,我们一起把你的节奏理清楚。

austinwangfp.com/contact
WeChat: Austinfo | info@austinfo.us

Website	WeChat	Email	预约咨询
austinwangfp.com	Austinfo	info@austinfo.us	austinwangfp.com/contact

免责声明:本文件仅用于教育与初步筛查,不构成个人化税务、法律、投资或保险建议。具体安排应结合你的税表、账户类型、州税、家庭结构与目标综合判断;执行前请与合格税务、法律或财务专业人士确认。规则可能更新,请以执行年度的 IRS 及相关官方文件为准。