

[提交合作申请](#)[@thor8930](#)[首页](#) / [博客](#) / [永续合约杠杆阶梯怎么设：从风险预算反推仓位大小](#)[MYBX 合作伙伴博客](#)

永续合约杠杆阶梯怎么设：从风险预算反推仓位大小

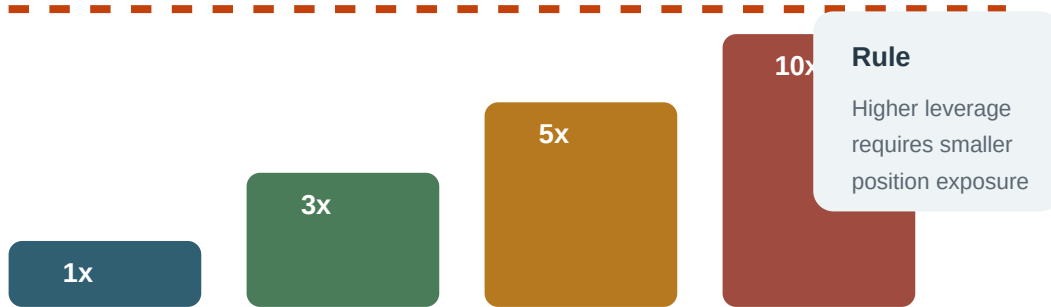
杠杆倍数不是信心分数，合理的永续合约仓位应从可承受亏损反推。

[合约教育](#) 发布于 2026/05/17 作者：MYBX 编辑团队 0 次浏览

[永续合约](#)[杠杆阶梯](#)[仓位管理](#)[风险预算](#)[减仓规则](#)[下载文章 PDF](#)

Leverage Ladder Plan

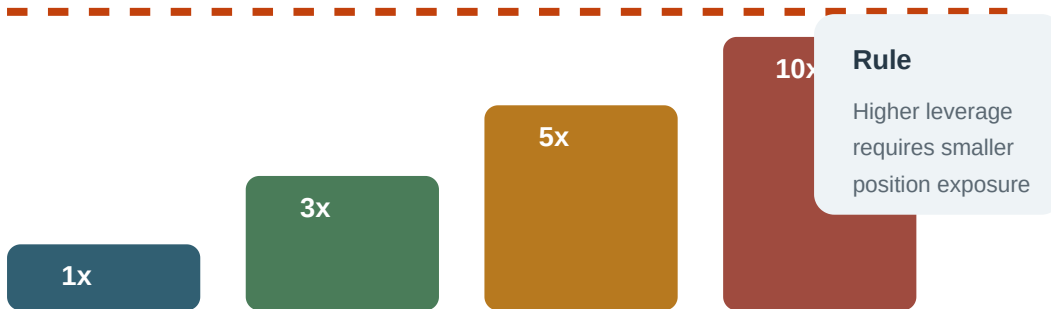
Risk budget ceiling



Leverage is a sizing variable, not a conviction score

Leverage Ladder Plan

Risk budget ceiling



Leverage is a sizing variable, not a conviction score

永续合约里的杠杆倍数很容易制造错觉。10 倍杠杆看起来只是数字更高，实际意味着同样价格波动会对保证金产生更大影响。把杠杆当成“看得更准所以可以放大”的奖励，是很多账户失控的起点。

更合理的方式是先定风险预算，再反推仓位大小。杠杆只是实现仓位暴露的工具，不应替代交易计划。

先写最大可承受亏损

每笔交易都应先写最大可承受亏损，而不是先写想赚多少。假设账户只允许单笔亏损一个固定比例，就可以根据止损距离反推名义仓位。止损越远，仓位越小；止损越近，仍要考虑滑点和误触发风险，不能无限放大。

这个思路能避免一个常见错误：看到止损很近就开很大仓位。永续合约在插针、跳动和低流动性时段可能出现滑点，理论止损距离不等于实际亏损上限。

杠杆阶梯要配合减仓线

杠杆阶梯不是从 1 倍一路加到 20 倍的冲动列表，而是不同风险状态下的动作表。例如低杠杆用于观察仓位，中等杠杆需要明确止损，高杠杆只适合极小名义风险和严格退出条件。越高杠杆，越需要更早的减仓线。

一张有效的阶梯表可以包含：允许杠杆、最大名义仓位、止损距离、资金费率上限、最大持仓时间、触发减仓的保证金率、禁止加仓条件。只写杠杆倍数，没有这些字段，等于没有计划。

不要用加仓修复错误

很多亏损来自“越跌越补”或“越涨越空”。如果加仓是提前计划的一部分，应写清楚每次加仓后的总风险是否仍在预算内。若只是因为第一笔仓位亏损而临时加仓，本质上是在用更大的暴露掩盖原计划失效。

永续合约允许快速调整，但速度不等于质量。成熟的仓位计划通常会规定：连续亏损后暂停、资金费率异常时不加仓、波动扩大时降低名义仓位，而不是简单扩大杠杆。

社群内容如何解释杠杆

面向新手的内容，不应把高杠杆描述成“资金效率高”的单一优点。更完整的表达是：杠杆提高资金效率，也提高强平敏感度、执行误差和情绪压力。任何示例都应配合风险预算、止损和最坏情况说明。

继续阅读

- 合约仓位怎么定：用风险预算替代凭感觉加杠杆
- 永续合约保证金率健康检查：账户什么时候应该降杠杆或减仓
- 手续费、滑点与资金费率：合约交易真实成本怎么估算
- 交易员合作

风险提示

数字资产交易具有高风险，价格可能剧烈波动。本文仅用于说明永续合约杠杆、仓位和风险预算方法，不构成投资建议、交易建议、收益承诺或任何金融产品推荐。合约规则、费用、杠杆、强平机制、地区可用性和活动权益以相关平台页面、商务审核及协议为准。

本文所属相关主题

本文归入 [合约新手与体验金](#) 主题，适合与下列核心页面一起阅读，用于确认合作入口、审核资料、风险边界和转化路径。

[合约 FAQ](#)

[交易员合作](#)

风险披露

免责声明

延伸阅读

永续合约交易界面怎么看：标记价格、资金费率与风险率仪表盘

永续合约界面不是只给用户看涨跌的屏幕，而是一组风险、成本和执行条件的实时仪表。

永续合约保证金率健康检查：账户什么时候应该降杠杆或减仓

保证金率健康检查的目标不是预测行情，而是在账户进入被动状态前主动降风险。

永续合约多周期交易计划：日线看环境、小时线看结构、分钟线只做执行

多周期计划的价值，是把市场环境、交易结构和执行动作分开，而不是同时被短线波动牵着走。

永续合约模拟盘到实盘清单：什么时候才适合用小资金测试

模拟盘盈利不等于可以放大实盘，真正的转换门槛是成本、执行和情绪都能被记录与控制。

现货加永续合约对冲怎么理解：基差、中性仓位与资金费率风险

现货加永续合约对冲可以降低方向暴露，但会引入基差、成本、执行和平台风险。

永续合约止损为什么会失效：滑点、插针、触发价与流动性场景

止损是风险计划的一部分，但不是保证按理想价格成交的保险。

合作申请引导

如果你是代理、KOL、社群主、带单团队或 OTC 服务商，可以提交合作申请，由 MYBX 商务团队评估适合的返佣、收益共享、活动支持和合规合作方案。具体政策以商务审核和合作协议为准。

[提交合作申请](#)

[查看合作资源](#)

相关商业页面和信任页面

继续查看 MYBX 合作伙伴计划的商业入口、返佣政策、合作流程和合规说明，便于在提交申请前确认适合路径。

[代理合作](#)

[KOL 合作](#)

[社区合作](#)

[带单团队合作](#)

[OTC 合作咨询](#)

[返佣政策](#)

[收益共享](#)

[合作流程](#)

[免责声明](#)

[KYC/AML 说明](#)

[地区限制说明](#)

[编辑政策](#)

风险提示

数字资产交易具有高风险，价格可能剧烈波动。本文仅用于说明 MYBX 合作伙伴计划相关概念、增长方法和合规注意事项，不构成投资建议、交易建议、收益承诺或任何金融产品推荐。返佣比例、收益共享、结算周期和合作权限以商务审核及合作协议为准；OTC 相关合作需通过 KYC/AML、风控、合规审查和地区限制评估。

作者信息

MYBX 编辑团队

MYBX 编辑团队负责整理 Web3 代理、KOL、社区运营、带单团队与 OTC 合作相关的政策说明、增长方法和风险提示内容。

[查看作者页面](#)

编辑政策

博客内容以 MYBX 合作伙伴计划、返佣政策说明、社区增长方法和合规提示为核心，不发布行情预测，不构成投资建议。

[查看编辑政策](#)

相关主题

[合约新手与体验金](#)

[合约 FAQ](#)

[交易员合作](#)

[风险披露](#)

[免责声明](#)

相关入口

[代理合作](#)

[KOL 合作](#)

[社区合作](#)

[带单团队合作](#)

[OTC 合作咨询](#)

[返佣政策](#)

[收益共享](#)

[合作流程](#)

信任页面

[免责声明](#)

[KYC/AML 说明](#)

[地区限制说明](#)

[编辑政策](#)

合作咨询

申请成为 MYBX 合作伙伴

适合交易所代理、KOL、社区主、带单团队与 OTC 服务商提交资源信息，由商务团队评估可匹配的返佣、收益共享和运营支持方案。

提交合作申请



Telegram
@thor8930

风险提示：数字资产交易具有高风险，价格可能剧烈波动。本网站内容仅用于介绍 MYBX 合作伙伴计划，不构成投资建议、收益承诺或任何金融产品推荐。返佣比例、收益共享、结算周期和合作权限以商务审核及合作协议为准；合作推广需遵守当地法律法规、KYC/AML 要求、风控政策和地区限制。

MYBX Partner Program

面向 Web3 代理、KOL、社区主、带单团队与 OTC 服务商的交易所合作伙伴招募站。

合作入口

[首页](#)

[代理合作](#)

[KOL 合作](#)

[交易员合作](#)

[社区合作](#)

[OTC 合作](#)

转化路径

[返佣政策](#)

[收益共享](#)

[合作流程](#)

[常见问题](#)

[博客](#)

相关主题

[启动蓝图](#)

[KOL 内容](#)

[社群激活](#)

[交易团队](#)

[OTC 合规](#)

[内容地图](#)

[币种主题](#)

信任与合规

[MYBX 事实核验](#)

[关于 MYBX](#)

[隐私政策](#)

[服务条款](#)

[免责声明](#)

[地区限制](#)

[KYC/AML 说明](#)

[LLMs.txt](#)

Telegram 联系

[Telegram @thor8930](#)

[Telegram 联系入口](#)

© 2026 MYBX. All rights reserved.