中国人民银行规定央行征信系统每个月更新一次个人信用信息库，商业银行应当每个月将系统采集的个人信用信息上报到央行征信系统的个人信用信息数据库。

央行征信系统的个人征信信息每隔一段时间之后就会重新更新一次，但是新旧系统的信息数据时效性存在差别。

一、对于旧版央行征信系统，各机构上报的数据可能存在滞后。

旧版央行征信系统涉及的征信信息可能是最近1到2个月的。

因为信息库数据由各商业银行等金融机构提供，具体每个金融机构信息更新的时间根据其报送央行系统的频率决定，银行等金融机构应当将每月采集到个人信用信息后会上报到央行征信系统的个人信用信息数据库，但是实际按操作上，上报时间可能是1个月一次，特殊情况可能是2个月一次。

二、对于新版央行征信系统，要求各机构必须在采集时点“T+1”向征信中心报送数据。

2019新版征信上线后，要求各机构在采集时点T+1向征信中心报送数据，例如：金融机构每月20号采集数据，必须在本月21号上报，那么央行就能够及时更新个人征信的最新信息。

其中，个人征信信息包括：

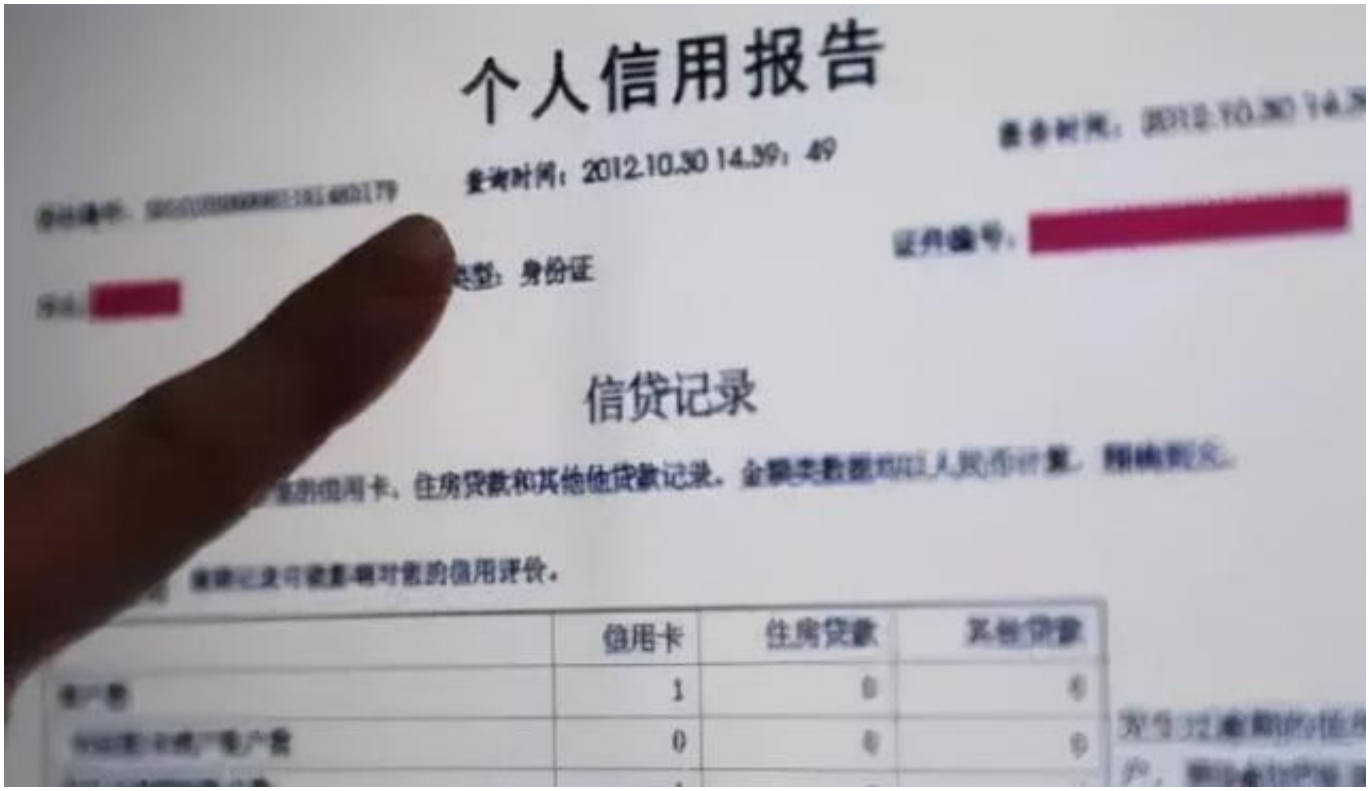
（1）个人基本信息：个人身份、家庭、职业等情况。

（2）个人信贷信息：个人与金融机构或者住房公积金管理中心等机构发生信贷情况。

（3）个人赊购、缴费信息：包括个人与商业机构、公用事业服务机构发生赊购、缴费情况。

（4）公共记录信息：与行政机关、行政事务执行机构、司法机关有关往来信息。

（5）其他信息。



总结

由此可见，个人征信信息一般是一个月更新一次。对于我们个人而言，一旦征信信息更新后出现了不良记录，可以通过未来5年内保持良好的信贷记录予以覆盖之前的不良信息，因为征信机构对个人不良信息的保存期限，自不良行为或者事件终止之日起为5年，超过5年的，应当予以删除。