



詐騙防範宣導

女子接詐騙電話 員警機警提款機前阻止

ATM 解除分期付款 就是詐騙

消費安全

台中 3 黑心商雙氧水浸蓮子製麵 同遭起訴

健康生活

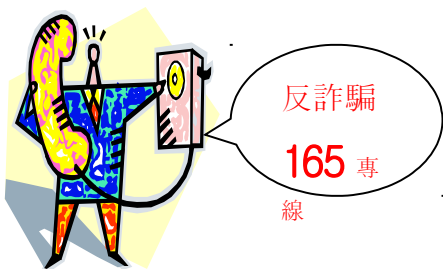
每天堅持 15 分鐘！上班族一周運動計畫

醫藥保健—日本藥妝規定鬆 亂用傷身又無效

毒家新聞

K 尿失禁用膀胱黏膜保護藥修潰傷、復彈性

火鍋料暗指混合型毒品 引誘購買吸食



政風室 關心您

女子接詐騙電話 員警機警提款機前阻止



2016 年 4 月 10 日

嘉義長竹派出所員警，日前在進行巡邏勤務時，在郵局提款機前，發現 1 名女子一手拿手機，一手準備按提款機進行交易，員警當下判斷，女子可能是接到詐騙集團電話，立刻上前阻止，順利保住該女子戶頭內 20 多萬元。

嘉義林森東路郵局提款機前，這名女子神情慌張，拿著手機以及交易明細單，準備再次操作提款機，巡邏員警判斷可能是民眾遇上詐騙，立刻上前阻止。

聲音來源：員警：「他叫你照他的指示按解除對不對？妳照他的指示按一按，妳裡面的錢就不見了啦。」

這名女子停止交易後，員警詢問詳情，發現她真的是接到詐騙集團電話，要求她解除分期付款的指示。

聲音來源：女子 vs. 員警：「說我的簽訂單有問題，對呀，然後就換銀行的人打來嘛，說要照他的指示去解除嘛，不然會從妳的帳戶妳面扣款嘛，對不對，我都會背了耶。」

就在女子半信半疑時，她的電話再次響起，員警看了來電號碼之後，確定就是詐騙集團的來電，告知女子不要受騙上當。

聲音來源：員警：「跟妳講遇到詐騙集團妳還不信，剛剛妳按錯啊！不然妳可能損失好幾萬了。」

員警機警的態度，順利幫女子保住戶頭內約 20 萬元，不過警方還是要提醒民眾，接到類似電話時，千萬不要慌張，可打 165 反詐騙專線詢問，才能免於成為遭詐騙的對象。（民視新聞鄭榮文嘉義報導）





ATM 解除分期付款 就是詐騙

教育部全民資安素養網站 – 2016 年 4 月 12 日

根據刑事局的統計調查顯示「ATM 解除分期付款」始終都占據各類詐騙被害案件首位，3 月份迄今疑似個資外洩詐騙案件已達上百件，警方呼籲，**165 反詐騙專線網站**每周均會公布高風險網路賣場名單，對於屢次勸告均未改善的網路賣場，民眾應避免使用，至於來電顯示號碼開頭有「+」號，代表該通話來自境外，更要提高警覺。另外，警方也建議民眾多配合銀行善意關懷提問，更可多查詢各媒體廣宣、警政署 165 防詐騙專線及網站、及警政署提供的 LINE App「165 防騙宣導」，多了解新詐騙手法。若收到類似詐騙簡訊、e-mail 及電話時，主動向警方檢舉，防止更多人受害。





台中 3 黑心商雙氧水浸蓮子製麵 同遭起訴

on.cc 東網 - 2016 年 4 月 11 日

【on.cc 東網專訊】台中市林姓業者為增加蓮子賣相，非法使用工業用雙氧水浸泡蓮子，去年遭衛生部門查獲，台中地檢署今天依違反《食品安全衛生管理法》將林姓業者起訴。另市衛生局去年底稽查製麵廠，發現業者違規添加雙氧水、硼砂在麵條中，地方今天也依違反《食品安全衛生管理法》起訴兩家製麵廠的許姓及施姓負責人。

台中地檢署起訴書指出，65 歲林姓男子自 7、8 年前開始，為增加蓮子漂白效果，增加賣相，在泡製過程中使用工業用過氧化氫（俗稱雙氧水）。林男向化工行買入工業用過氧化氫，以 50 公升水加入 20 克過氧化氫，用來浸泡 20 台斤的蓮子，再拿到建國市場或南屯市場等地銷售。檢方指出，消費者若長期食用殘留雙氧水的食物，會引起頭痛、嘔吐等症狀，林男屬違法添加，遂依違反《食品安全衛生管理法》將林男起訴。

另，台中市衛生局去年底稽查製麵廠，發現東區及西區有業者違規添加雙氧水、硼砂在麵條中，地檢署今天依違反《食品安全衛生管理法》起訴兩家製麵廠的許姓及施姓負責人。

起訴書指出，70 歲許姓女子為求所製造販賣的油麵賣相較佳，向化工業者購入硼砂，以每 100 公升水加入 75 克硼砂的比例，加到蒸煮油麵的沸水中製造油麵。46 歲的施姓男子為增加所製造販賣的烏龍麵保存期限，向化工公司購入工業用雙氧水，在製造烏龍麵過程中，以雙氧水噴灑混入烹煮烏龍麵的水桶中。

檢方指出，消費者若長期食用殘留雙氧水的食物，會引起頭痛、嘔吐等症狀；硼砂進入體內經胃酸作用轉為硼酸，硼酸在人體內引起消化不良，造成嘔吐、紅斑、循環系統障礙等影響健康，依違反《食品安全衛生管理法》將許女和施男起訴。

每天堅持 15 分鐘！上班族一周運動計畫

2016-04-10 15:52:59 聯合報

記者陳雨鑫 / 報導

入門運動計畫忌諱密集、時間過長，物理治療師建議從「輕薄短小」的運動開始做起，每次三到五下，時間三到五分鐘，一天找機會做五次，就能達到動一動的效果。若能每天持續，可以考慮進階版，每天一次慢跑 30 分鐘，心跳速率若能在 130 以上，更可以達到訓練心肺功能的效果。

關鍵：從讓自己舒服的運動開始

忙裡偷閒的一周運動計畫

台北醫學大學體管中心運動教練陳俊宏開出一周運動處方，他說，上班族最好每天偷出十分鐘的時間，做簡單的運動，同步增加肌力以及核心。

星期一 起立、坐下

上班日第一天，心情難免憂鬱，建議可以坐在椅子上重複做「起立」、「坐下」的動作，可「分期付款」做50次，即可訓練到大腿肌肉。

星期二 走樓梯

上班族平時上班趕、趕、趕，若是能在中午買午餐或是遞交公文時，爬至少兩層樓梯，增加大腿肌肉強度。

星期三 弓箭步

上班坐著屁股很痛，可以在休息時間做弓箭步，前後共做50下，若有痠感即可休息。

星期四 走路

搭大眾運輸可以提前一站下車，用走的到公司，同樣也可以訓練心肺功能。

星期五 伏地挺身

隔天休假，當天晚上可做20次伏地挺身，每次五下。鮮少運動者可減少到至少五次，可訓練胸肌、蝴蝶袖、肩膀及核心肌群。

星期六 騎腳踏車

多數人的周六都是家庭日，可到戶外騎腳踏車，騎到有喘的感覺即可。

星期天 散步

與好友結伴逛街、散步、打球，若待在家中不想出門，也可以在家中原地踏步。

備註：每天抽10到15分鐘，每天維持一到兩次，即可達到運動的效果。

資料來源／台北醫學大學體管中心運動教練陳俊宏、國泰醫院物理治療師簡文仁 製表／陳雨鑫 ■聯合報



醫藥保健 - 日本藥妝規定鬆 亂用傷身又無效



中國時報 作者陳瑄喻、廖珮妤 台北報導 | 中時電子報 - 2016 年 4 月 18 日 上午 5:50

藥品、保養品分不清，傷身又無效！許多人總認為「日本製最好」，愛飛到日本藥妝店大採購，買一堆「藥用」產品當乳液、護膚霜，但醫師提醒，部分藥品可能含類固醇、抗生素，甚至是國內禁用成分，沒病不可亂擦，曾有 30 多歲女性，把藥膏當護手霜，自認為冬季乾癢就狂擦，就醫才知是蕁麻疹。

中國醫藥大學國際醫療美容中心主任邱品齊說，根據日本政府規定，日本藥妝店內販售的藥品都必須標註上是第幾類醫藥品，但由於日本藥妝店販售藥品並不嚴格，幾乎民眾踏進去後，想買什麼就買什麼。

邱品齊說，很多人愛到日本買的曼秀雷敦 AD 軟膏（俗稱藍色小護士）是含有 Lidocaine 麻醉劑的藥膏。

在台灣應屬於醫師處方藥，自行購買使用會有風險，甚至有可能造成皮膚的慢性傷害，像是出血、抗藥性、過敏等症狀。4 年前該款產品引進台灣後，代理商將 Lidocaine 麻醉劑成分拿掉，就符合我國

規範，無須處方即可購買。

以日本販售的曼秀雷敦 AD 軟膏為例，邱品齊說，屬於日本第 2 類醫藥品，也就是平常沒有病就不要亂

買、亂用、亂吃的產品，但卻常見不少民眾把這種藥膏當作保養品用。

邱品齊說，曾有 30 多歲的女性病人，雙手會不自覺的發癢，一開始以為是冬季癢，託朋友從日本帶了

幾條回來使用，起初擦了很舒服，未料之後只要不擦，雙手就會發癢，就醫才知她是蕁麻疹，必須吃藥症狀才會改善。

邱品齊表示，藥品之所以列管為藥品，是因為風險及副作用會較大，需要在醫療專業判斷追蹤下使用才會比較安全，把藥品當做保養品用，就很像是拿大砲亂打或持關刀亂砍，而且之後一旦出問題，不但得不償失甚至要申請藥害救濟都不行。

皮膚科醫師趙昭明則提醒，民眾常見迷思是認為「藥用」護膚效果比較好，其實因日本的 HOME

1 堅持拒絕法

- 我不做違法的事情。
- 不行，我真的不想吸。



K 尿失禁用膀胱黏膜保護藥修潰傷、復彈性

作者【記者江乾松／苗栗報導】 | 台灣新生報 – 2016 年 4 月 12 日

一名二十二歲年輕男子因近幾個月發生排尿疼痛、頻尿、下腹痛、急迫性尿失禁等問題至醫院求診，經檢查後發現患者膀胱容量變小、膀胱壁變厚、膀胱黏膜瀰漫性點狀出血、及黏膜血管增生等症狀；醫師詳細詢問其病史，男子坦承半年前開始吸食 K 他命，確診為 K 他命引發的潰瘍性膀胱炎。

苗栗市大千綜合醫院泌尿科陸兆明醫師表示，K 他命是一種作用於中樞神經的短效行麻醉藥，較常用於小兒科病人、慢性疼痛控制及獸醫院，近幾年卻被不肖人士濫用，誘導年輕人吸食。

不論是短期高劑量（高劑量 > 5gm/ 天）或長期低劑量（長期使用 > 三年）吸食 K 他命，都會引起潰瘍性膀胱炎，其症狀為患者排尿過程會產生劇烈的疼痛感，且膀胱尿量約 50ml 就會有尿意，若超過 100ml 沒排尿，則會發生急迫性尿失禁，膀胱容量越小，表示疾病嚴重度越高。

治療 K 他命引起的潰瘍性膀胱炎首要就是絕不再吸食 K 他命，同時配合醫師給予膀胱黏膜保護藥物治療，來修復膀胱黏膜的潰傷，恢復膀胱彈性，加大膀胱容量。

陸兆明醫師表示，近年來因 K 他命造成潰瘍性膀胱炎求診的患者日漸增多，患者的平均年齡約二十歲至二十五歲，因此需要家庭、學校、社會、醫病共同努力，協助這些年輕患者拒絕 K 他命的誘惑，重獲嶄新人生。

戒毒成功專線

0800-770-885

請請您 幫幫我

讓我們一起幫您解決問題

<http://refrain.moj.gov.tw>



火鍋料暗指混合型毒品 引誘購買吸食

【大紀元 2016 年 04 月 23 日訊】（中央社嘉義縣 23 日電）涉嫌販毒的紀姓男子以混合型毒品引誘購買，還以「火鍋料」暗語推銷，昨天遭嘉義縣警方查獲，查扣混合型咖啡毒品包、空氣手槍、制式子彈等。

嘉義縣警察局刑警大隊今天表示，今年初偵辦毒品案時，發現紀姓毒犯長期在嘉義縣市非法販售 K 他命、安非他命等毒品；專案小組追查後，發現紀嫌販毒時，疑隨身攜帶槍械，且時常變換藏匿處所，以躲避警方查緝。

經埋伏、跟監，警方鎖定紀嫌新的藏匿處所，於昨天持搜索票前往嘉義市一處汽車旅館搜索，當時紀嫌正在房內拉 K 與吸食安非他命毒品，現場查扣空氣手槍 1 支、制式子彈、安非他命毒品 6 包、K 他命、混合型咖啡毒品包等。

警方指出，紀嫌標榜其販售毒品「物美價廉、應有盡有」，引誘吸毒者購買，並以「火鍋料」暗語推銷自行混合包裝的咖啡包毒品。

警方說，紀嫌拉 K 後，還要再吸食安非他命滿足毒癮；紀嫌涉嫌販毒時，害怕被其他毒犯黑吃黑，因此，隨身攜帶槍彈防身。

嘉義縣刑警大隊表示，近來新興混合性毒品濫用情況嚴重，並衍生犯罪情事，已列為重點查緝案件。

