

安全維護

機關安全做得好，個人隱私沒煩惱。

詐騙防範宣導

- ◎ 網購詐騙手法多 6撇步教你識破
- ◎ 靈骨塔詐騙吸金 被害人現身說法籲勿受騙

消費安全

- ◎ 保健食品勿亂吃！ 食藥品交互作用恐傷身
- ◎ 抗菌攏系假？ 廚房海綿根本不抗菌

健康生活

- ◎ 這種糖少碰為妙 恐致脂肪肝炎、高尿酸

毒家新聞

- ◎ 這款母親？ 懷身孕警勸戒毒
女子：生了三個都健康
- ◎ 遠離毒品 內政部提醒「3不3要」

反詐騙 www.165.gov.tw
聽到詐騙關鍵字請撥...

牢記123 防騙真簡單！！

1. 聽清楚這個電話說什麼？是否有以上關鍵字？
2. 聽完後，立刻掛上這通電話，不讓歹徒繼續操控你的情緒
3. 快撥165反詐騙專線查證！將剛聽到的電話內容告訴165

請勿點入不明網址連結

猜猜我是誰！
檢察官：懷疑你是詐欺共犯！
警察：你個人資料被冒用！
網購業者：解除分期付款設定！
網路交友：購買遊戲點數！
台電、瓦斯公司檢查管線！



網購詐騙手法多 6撇步教你識破

中央社 2017.8.1

（中央社記者廖禹揚台北1日電）網路詐騙猖獗，除廠商加強資安維護，消費者也應提高警覺。經濟部列出六個辨識詐騙小撇步，包括非上班時間的客服來電、利用通訊軟體私下交易等，都可能是詐騙手段。

根據資策會產業情報研究所（MIC）調查，2016年台灣平均每人年網購總金額達新台幣2萬7000多元，較2015年成長12%，因此成為不法之徒覬覦的目標。經濟部商業司根據警政署165反詐騙專線資料，提供消費者辨別及防範詐騙的小撇步如下。

一、於非上班時間接到客服電話：詐騙集團通常利用非上班時間進行詐騙，以使民眾無從向原購買店家確認，消費者應注意，網購平台不會以電話方式進行通知。

二、接到來電號碼顯示有「+0」即有可能為詐騙電話：電信業者就來自境外的電話，會顯示+號，若電話號碼顯示+及國內私人公司或公務單位電話，就有可能是詐騙電話。

三、接到網購業者客服來電：內容包括聲稱誤設為分期付款、誤按購買數量將強制扣款，要求至ATM操作解除分期付款，或購買遊戲點數折抵款項。ATM自動提款機並無解除分期付款功能，要求至ATM解除分期付款即為詐騙電話。

四、以通訊軟體私下交易：部分詐騙集團會運用網拍平台刊登商品資訊，之後請消費者以通訊軟體私下交易以節省相關費用。商業司提醒消費者，私下交易若產生糾紛或詐騙，因平台未留下任何資料將無法協助處理，這也是一種詐騙集團利用消費者貪小便宜的詐騙手法。

五、網拍購物需留意賣家評價：於拍賣平台進行購物時，需留意賣家的評價，如賣家評價不高、短期間評價飆升或評價多為結標後馬上就有好評等，都需特別留意，避免產生糾紛或受詐騙。

六、無連絡方式、太便宜，提醒消費者千萬別輕易相信：最近透過臉書廣告，出現不少利用「貨到付款+免運費」，但無連絡方式的新詐騙手法，消費者應小心慎選，避免遭到詐騙。

網購詐騙不僅危害消費者權益，一般業者也可能洩漏客戶個資而被列為高風險賣場，中華民國無店面零售商業同業公會與業者為避免信譽受到破壞，也積極投入宣導，並加強資安防護。

經濟部商業司架設電子商務資安服務中心（EC-Cert）提供資安基本查核表，讓業者可自行檢視，如有缺漏或需協助部分，可向EC-Cert反應。此外，經民眾通報後被警政署列為高風險賣場的業者，營業司採取強制輔導，加強資安維護，提供業者與消費者更安心的交易環境。



預防詐騙

減少網路購物

查證賣家身分

絕無 ATM 分期付款

拒絕加購點數卡

如遇詐騙情形

請撥打 165 專線



靈骨塔詐騙吸金 被害人現身說法籲勿受騙

中央社 106.8.22

中央社記者劉世怡台北22日電)「靈骨塔詐騙集團」涉嫌誘騙年邁長者，吸金逾7億元，北檢上週聲押主嫌等12人獲准，查扣法拉利、賓士等8輛名車。北檢今天找來被害人家屬現身說法，呼籲關懷家中長者，避免受騙。

被害人家屬、台大兼任講師詹益鑑表示，母親被騙新台幣5000萬元，希望大眾多多關懷家中長輩，不要再有人受騙。

檢調今年5月接獲檢舉，自103年3月間，有詐欺集團成立萬佛寺、上寶、天瑞多家紙上公司，對外以資產管理公司名義與雙北市轄內的骨灰存放設施機構簽立承銷合約，大量聘僱業務員，鎖定受過教育、有投資概念的教師、公務員等族群，由業務員以車輪戰方式，輪番灌輸陰宅投資理念。

檢調查出，詐欺集團聲稱，塔位永久使用權狀類似不動產投資，過戶需要代書處理，此類權狀具備有價證券性質，可轉售予他人，也可持向當舖典當借款，同時表示僅要以9萬8000元或12萬元低價購買塔位使用權狀，即可以70萬元至100萬元的對價售出，短期獲利數倍等語。

之後，詐欺集團再向投資人佯稱已覓得買家欲購買塔位，但因家族、公司或基金有節稅等考量，必須一次大批買進才願意交易，造成投資人誤信而先購入若干塔位，再與買方簽約售出所購得的塔位，而在投資人資金不足時，詐欺集團另介紹民間貸款金主，協助投資人辦理貸款周轉。檢調查出，詐欺集團規模約40人至50人，已在雙北市吸金高達7億元，並將資金藏匿或朋分花用，初步評估受害的投資人約有數百人。

北檢指派主任檢察官黃惠玲、張紘璋及檢察官洪敏超組成專案小組深入調查，16日指揮調查局、台北市刑警大隊等單位，搜索相關公司及被告住所等56處，扣得相關詐欺話術文件、客戶名冊、犯罪所得940萬餘元、進口名車8部及毒品。

檢方訊後認定李姓主嫌等12人涉嫌重大，有逃亡、湮證、勾串共犯或證人之虞，向法院聲請羈押禁見獲准。



保健食品勿亂吃！食藥品交互作用恐傷身



隨著時代演進，現代人的生活普遍緊湊忙碌，雖致力追求高品質生活，吃得好、用得好，健康卻仍是一再出現紅字。為彌補健康缺口，保健食品便成了現代人的不可或缺的補給來源。True Health 陳澤鈞藥師表示，隨著民眾的健康意識抬頭，許多人平常都有服用保健品的習慣，但正確選擇保健食品非常重要，尤其有病史者最好先諮詢藥師或營養師的建議，才能避免食藥品交互作用，以免越補越糟唷！跟著健談圖文認識保健食品的選擇要點。

根據食品研究所ITIS調查發現，2014年台灣保健品市場規模高達1,149億元，且超過四分之一的人每天必吃保健品。而根據健康遠見雜誌2015年調查指出，約37%民眾表示自己經常食用保健食品，且以維生素、鈣片、葉黃素或玉米黃素、魚油、以及酵素、乳酸菌或益生菌為前五項最常吃的選擇。然而，就保健食品的功能性來看，根據中天生技2014年報，國人最重視的保健食品類別以調節血脂居首，其次為腸胃改善、免疫調節、護肝等功效。

True Health陳澤鈞藥師表示，近年來民眾對「健康」的確越來越有感，但若無法根本從飲食、作息、運動改善做起者，通常會選擇額外攝取保健食品來補足個人的健康需求。然而，保健食品百百種，怎麼選、怎麼吃才最有效？陳藥師指出，選擇保健品到第一要點就是清楚個人的需求，從生活作息、工作型態、飲食習慣仔細評估，此外，也應把個人病史以及常用藥物納入考量，才能選出最合宜的保健清單。

1. 先評估個人的生活型態，以釐清關鍵的保健需求：

可運用問卷、量表列出一連串的問題，以明確評估個人保健需求。例如，個人的工作型態，是否經常加班或需要耗費大量腦力？生活作息上是否為夜貓族，習慣熬夜、晚睡？個人是否為3C重度使用者，經常用眼過度？是否習慣挑食、三餐飲食不固定，或是有抽菸、飲酒的習慣？亦可參考既有的評量問卷，以找出個人的關鍵需求。

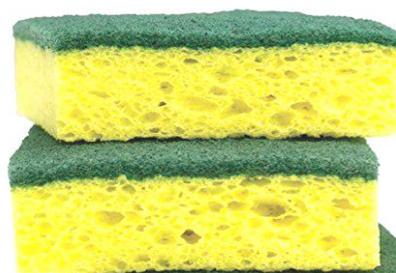
2. 檢視個人病史與用藥紀錄，避免食藥品交互作用：

陳澤鈞藥師提醒，其實許多疾病用藥與保健食品會有交互作用的情況，兩者併服將可能導致藥劑失效，嚴重甚至出現交互作用的問題，保健不成反傷身！陳藥師舉例，常見像是魚油、銀杏、人參都有抗凝血的效果，高血壓患者或有吃抗凝血劑者應避免食用；軟便劑、鈣片，甚至是茶中的鞣酸都會影響鐵質吸收，兩者應間隔服用；糖尿病患者若服用葡萄糖胺時要留心血糖變化；此外，紅麴與降血脂藥也不可同時服用，以免造成肝腎損傷。保健食品與藥物之間其實存在許多潛規則，因此建議有特殊疾病者在服用任何保健食品前，最好先諮詢藥師或營養師的專業建議，才能真正達到保健之效。

保健品選擇相關問題，建議諮詢「藥師、營養師」



抗菌攏系假？廚房海綿根本不抗菌



Now 國際中心／綜合報導 2017年8月4日

或許最近人們心中都已經產生了一種共識，那就是手邊看似越乾淨、越常使用的物品其實就越髒，就像馬桶座上的細菌可能還比智慧型手機上的細菌少那樣。近日在科學報告期刊上的新研究指出，用於清洗碗筷或清潔廚房的海綿同樣充滿了細菌，而且程度可能超過了我們的想像。

研究人員檢查德國家庭使用的海綿、以及市面上所販售幾款最新型的海綿，通過各種清洗方式測試，結果發現所謂的「抗菌」清潔海綿在使用過後並沒有比一般海綿來得乾淨多少，有些時候甚至更髒。海綿上的細菌能夠在清潔過程當中存活下來，並在很短的時間內迅速填補那些死去細菌所留下的空缺，回復到清潔前的細菌密度。也就是說，即使定期清潔海綿，也並不會比未清潔的海綿來得乾淨。

既然有洗跟沒洗都沒辦法使海綿上的細菌減少，那麼一塊海綿建議多久更換呢？專家的建議是令人瞠目結舌的一星期。從消費者平均使用時間上而言，使用海綿清潔可能根本沒有辦法對微生物的孳生進行控制，甚至在某些情況中海綿本身還會成為細菌孳生的場所。如果您很在意廚房碗盤微生物對人體健康的影響，或許得仔細考慮是否要使用海綿清潔了。



這種糖少碰為妙 恐致脂肪肝炎、高尿酸



肝病防治學術基金會 2017年8月13日 下午12:00

最近一項發表在肝臟學期刊《Journal of Hepatology》的研究發現，有非酒精性脂肪肝炎（NASH）的孩童，其攝取的果糖量也比較多，也較易有高尿酸血症，值得注意！

好心肝健康管理中心主治醫師吳妮民接受《好心肝》雜誌訪問指出，2017年5月的肝臟學期刊《Journal of Hepatology》刊登一篇義大利學者進行的研究，針對患有非酒精性脂肪肝（NAFLD）之孩童及青少年，了解果糖的影響。

該研究收集了271個肥胖且都有非酒精性脂肪肝的孩童，年齡在10歲到13歲之間，體重平均約在66~68公斤，身體質量指數（BMI）則是26~27之間。研究人員利用食物頻率問卷來調查他們的果糖攝取量（每日攝取多少克），而尿酸濃度（mg/dL）則是透過抽血檢驗。這些受試者全都接受了肝切片檢查，以排除其他肝臟疾病引起的肝炎。

結果，全部患有脂肪肝的受試者中，37.6%已經有非酒精性脂肪肝炎（NASH）。有非酒精性脂肪肝炎組者，47%具有高尿酸血症；對照組（無NASH組）只有29.7%有高尿酸血症。在果糖攝取量上，NASH組一天攝取70.4克左右，對照組則是52.6克，NASH組有明顯較多的果糖攝取量。

此篇研究數據亦證實，高尿酸血症的人有較多的果糖攝取量，亦即果糖攝取量與高尿酸血症有獨立正相關性。總結來看，血中尿酸濃度及果糖攝取量，皆與非酒精性脂肪性肝炎獨立相關。

果糖為什麼容易導致高尿酸及脂肪肝炎？人體攝取果糖後，經果糖激酶代謝，會形成三酸甘油酯，並增加胰島素的阻抗性，除了容易肥胖外，大量的果糖在肝臟中代謝，易造成肝臟內脂質合成。另一方面，果糖代謝過程中也會消耗三磷酸腺苷（ATP），使尿酸濃度上升，也會造成肝臟細胞發炎。

果糖是一種單糖，與葡萄糖皆為醣類中最小的分子，可為人體直接吸收，為人體新陳代謝的主要燃料。和葡萄糖的代謝相比，果糖代謝較不易受到調控，也比較容易在肝臟內形成脂肪。另外，果糖代謝後的下游反應，會刺激腦部造成食慾上升，葡萄糖則較無此問題。哪些飲食可能有果糖？包括水果、果汁、蜂蜜、含「高果糖玉米糖漿」的飲食（如手搖杯飲料）、蔗糖（內含葡萄糖及果糖分子）、調味料如番茄醬等都可能含有，可以注意產品的營養成分表。

既然果糖不利健康，目前對於果糖攝取有沒有規範或建議值？曾有研究指出，一天若攝取超過50克的果糖，餐後三酸甘油酯的濃度即會上升。但因果糖在很多食物中都有，包括天然的水果，所以很難單獨訂出果糖的建議食用量，但目前可參考醣類的攝取建議來控制。





這款母親？懷身孕警勸戒毒 女子：生了三個都健康



記者鄧力軍/台中報導 2017年8月20日

一位黃姓職業女軍人於軍中染毒，退役後仍無法戒毒，搞得「夫離子散」；第三分局勤工派出所警方日前搜索一名王姓毒品對象，黃姓女子也同處一室，警方搜出安非他命2小包及吸毒器等証物。黃女坦承已懷三月身孕仍繼續吸毒，副所長賴進忠勸她務必戒毒，否則胎兒健康堪虞，無奈黃女反駁「不會啊，我三個小孩都很健康聰明啊」，讓警方感慨毒品令人喪心病狂。

臺中市政府警察局第三分局勤工派出所賴副所長進忠帶隊於日前執行查緝毒品勤務，鎖定1名王姓(71年次)男子有施用毒品情形，在鎖定行蹤後持搜索票進入民宅實施搜索，起獲安非他命2小包及吸毒器等，而現場竟有1名女子在旁遮遮掩掩狀，警方查證身分後原來是7月才遭警方依毒品案函送的黃姓(77年次)女子，副所長關心詢問下，黃女才娓娓道來，黃女表示以前從軍時染毒是因為王姓前夫所影響，前夫透過網路手遊「老子有錢」的聊天室買毒，兩人再一同吸食。

黃女向警方透露購買毒品門路是用網路遊戲幣交易，再由對方告知藏毒地點自行取貨，也曾遭知悉門路的人黑吃黑，告知假的藏貨地點，被訛詐了好幾次。

吸毒之後喪失了工作意願後，便辦退了職業軍人的工作，連家庭也分崩離析，雖育有3個子女，但目前只有次子(104年次)待在她身邊由她照顧，長子(99年次)由前婆婆照料，而三女(106年次)被社會局安置中，目前身上正懷有3個月身孕。副所長聽聞後驚訝非常，奉勸女子趕緊戒毒，否則將會危害胎兒造成畸形，沒想到黃女卻語出驚人，說已經出生的3位小孩在懷孕期間其實都有吸食毒品「每個都很健康又聰明啊」。警方感到錯愕，直言毒品令人喪心病狂害人匪淺。

戒成專線

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>





遠離毒品 內政部提醒「3不3要」

中央廣播電台 劉品希 2017年8月17日

內政部長葉俊榮今天(17日)在部務會報中聽取「常見新興毒品趨勢分析與策進作為」報告，針對近年來新興毒品態樣百出造成的威脅，葉俊榮特別請警政署持續與學校聯防，強化學園防毒工作，建立毒品熱點巡邏網，並持續監控新興毒品變化，即時列管新興毒品，以遏阻毒品危害。

內政部指出，近來警方查獲新興毒品樣態，除發現以市售即溶包產品改裝或變裝外，也有獨樹一格的客製化包裝，或以3C產品、流行話題設計包裝圖案，以吸引青少年興趣與關注。此外，近期查獲軟糖、巧克力、果凍、梅錠等新型態摻混毒品，外觀與內容物都與一般休閒食品相近，兒童及青少年一旦誤食，將造成嚴重後果。

內政部特別提醒，民眾應自我保護，落實「3不3要」原則，以避免受到毒品的危害，「3不」包括不接受陌生人免費試用或兜售香菸、即溶包或飲料；遠離不良場所，不接受吧台或櫃台所販售價格超出市場行情數倍的香菸、即溶包或飲料；不接受朋友事先開封或調製好的飲料，同時不讓飲料離開視線。

至於「3要」則是要告知家人參與活動地點及時間，關心家人及留意周遭朋友是否性格轉變、行為異常、習慣及外觀改變等染毒可能；要注意即溶包裝袋封口處是否有撕開或切、割(剪)再重新加熱封裝或膠帶黏貼等情形；要是發現異常暈眩等不適情形要即時求援，就近在最短時間內撥打110求助，儘快離開現場。

