

108年9月號

安全維護

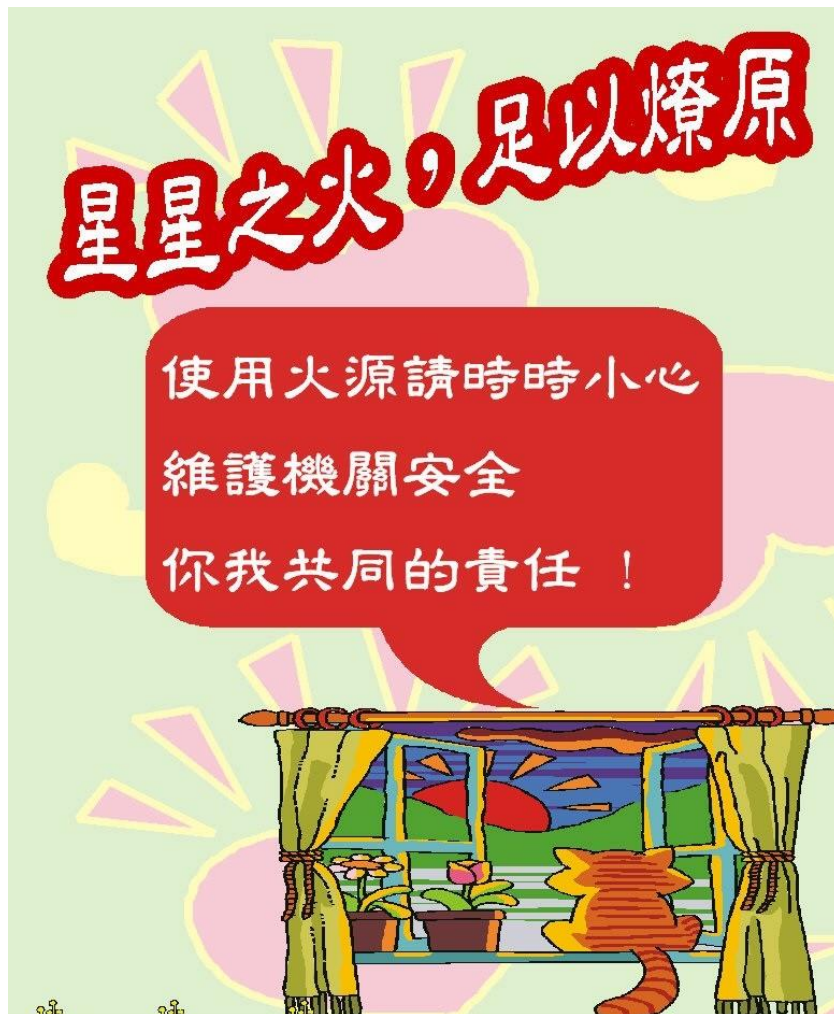
你家有收到這張「通知單」嗎？

新興毒品多元又新奇 慎防青少年受誘惑

吃魚組織胺中毒！解凍過這時間好危險

中秋吃柚子最應景？

看見可疑快通報，隨時反應莫遲疑。



臺東林區管理處 編印

政風室檢舉專線089-325204

安全維護

目錄

兩公約

3 男女權利平等

詐騙防範宣導

4 你家有收到這張「通知單」嗎？ 小心被騙錢！

5 婦人遭詐 10 萬 關東橋郵局成功攔阻

毒家新聞

6 《防毒》新興毒品多元又新奇 慎防青少年受誘惑

7 遠離毒品！食藥署公布全國物質使用調查結果

消費安全

8 吃魚組織胺中毒！解凍過這時間好危險

9 中秋吃柚子最應景？服用降血脂、降血壓5類藥物，要小心副作用

健康生活

10 選比馬桶還髒！飲料喝一口放隔夜 細菌暴增8千倍

防詐騙小叮嚀



那我該如何預防呢?!

1.

「+」或「00」開頭的電話是國際來電，要提高警覺，小心有詐!



我風檢察官，你涉及洗錢犯罪，現在要監管你的帳戶!!

注意常用的「詐騙話術」

2.

3.

撥打「165反詐騙專線」做查詢!

165



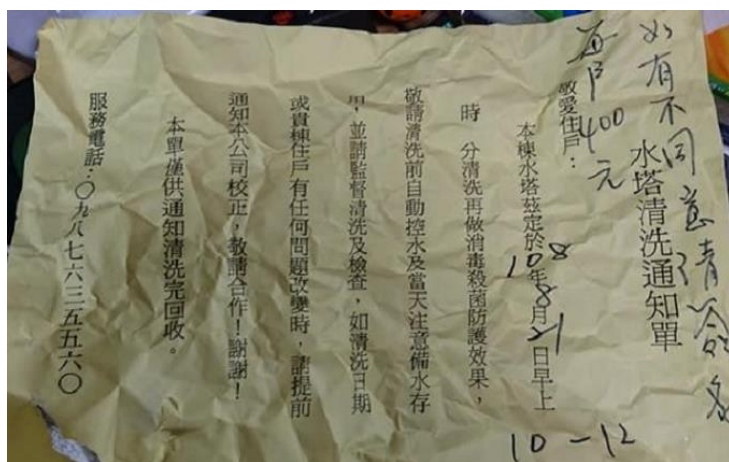
第28號一般性意見

男女權利平等 (《公約》第三條)

資料來源：法務部 兩公約一般性意見

締約國有責任保證公平享受權利，不受任何歧視。
。第二條及第三條要求締約國採取一切必要步驟，包括禁止基於性別的歧視，制止公民營部門有損平等享受權利的歧視行為。





你家有收到這張「通知單」嗎？ 小心被騙錢！



編輯 陳儷文 報導 2019/08/19

台中市可打165詐欺專線或打110尋求警方小心詐騙！除了假裝是檢查瓦斯管線的詐騙手法之外，現在又多了最新「洗水塔」詐騙。日前有網友表示，家門口被貼了1張「水塔清洗通知單」，雖然自己心存懷疑，叫家人確認有洗之後再付錢，但家人還是被騙了。原文貼出後有其他網友回文，原來遇到詐騙的人不只1個！ 1名住在新北市新店區的網友在PTT新店板發文表示，日前回家時，發現門口被貼了1張通知，寫著大樓水塔預計要消毒殺菌，提醒住戶存水備用、監督清洗及檢查，還手寫了大大的「每戶400元」幾個字。不過通知單上沒有註明公司名稱，服務電話也只留手機號碼，TVBS網路新聞中心按照號碼打過去，直接轉入語音信箱。

原PO表示，自己看了通知單後心中極度懷疑，有教育長輩這是詐騙手法，但起不了什麼作用，只好退一步說「沒關係，就讓他來，如果是真的洗水塔那就很好，但是記得確認他有真的洗再付錢，因為很久以前有這種詐騙，要注意一下」。事後原PO家人表示，對方有拿工具上樓但沒有洗水塔，不過他的哥哥竟然還是付錢了！原PO嘆道「忘記先提醒我哥是我疏忽了」。因為是小錢，原PO家人沒有報警，但鄰居有報警；後來對方可能是吃到甜頭，竟在隔壁大樓也貼了一樣的通知單。文章PO出之後，有住在台北市文山區的網友也貼出一模一樣的通知單，但這次多寫了1句「如有不同意請簽名」；這名網友表示已將資訊通知里長，將報警處理，也提醒大家，「有碰到類似情況，請不要上當！」



防範詐騙



婦人遭詐 10 萬 關東橋郵局成功攔阻

台灣好報 2019/8/21 【記者 倪玉濱／竹市 報導】

多一份關懷 少一次詐騙

郵局員工主動、積極及專業上的機警，保全了婦人辛辛苦苦血汗錢，防制詐再添成功案例。

108 年 6 月 2 日下午 1 時 30 分左右，有一位楊姓婦人到關東橋郵局，表示要匯一筆款項 10 萬元至姪子朋友帳戶中，窗口經辦侯員特予關懷提問，發現婦人左顧右盼且緊張焦慮，經辦員覺得有異便暗中與其姪子聯絡，姪子表示沒有匯款這回事，此時楊女士又接到對方電話，催促趕緊匯款，承辦員專業直覺反應，認為這是詐騙案件，立刻報警並接過婦人手上電話直接與對方表示已經報警，電話裡原本口氣態度不佳的「收款人」立即掛斷電話。不久關東橋派出所警員前來處理，並將當事人帶回所裡瞭解案情，當婦人知道那是詐騙案件後，再三感謝郵局讓她保住省吃儉用辛苦錢。

新竹郵局局長徐志宏表示：詐騙手法不斷推陳出新，並利用民眾誤解與資訊缺乏屢屢使詐騙得逞，只要第一線同仁多一份關心和注意，就可減少民眾的財產損失；新竹郵局會持續努力，充實員工的防詐知識，以保障郵局顧客存款交易安全。





《防毒》新興毒品多元又新奇 慎防青少年受誘惑

台灣新生報 記者 戎宿安

暑假期間有許多不肖份子為了吸引年輕族群使用新興毒品，常以新奇可愛樣貌作偽裝，且新興毒品多為多重毒品混合，內含物質複雜，自傷或傷人風險高，且猝死個案時有所聞，台北市聯醫昆明防治中心副主任陳亮好呼籲，有毒品問題應就醫，並撥打專線0800-770-885（請請您一幫幫我）諮詢。

陳亮好指出，聯合國於2009至2019年，總共已經發現942種新興毒品，而目前我國國內公告列管則達329種，新興毒品樣貌多元而新奇，從軟糖、泡麵、梅粉到咖啡包都有，其中毒咖啡價格便宜、輔以網路的推波助瀾，在臺灣更是迅速的流行起來。

根據法務部法醫所統計，使用新興毒品而暴斃之案件，由2012年的10件迅速上升到2017年的100件，增加有十倍之多，而濫用藥物檢驗通報系統更指出，合成卡西酮類由2011年0.43%急速上升到25.95%，為國內目前檢驗出最多的新興毒品。

有鑑於此，陳亮好帶領研究團隊與國立臺灣大學法醫研究所合作，將疑似使用新興毒品者之尿液檢體以液相層析串聯式質譜儀（LC/MS）做檢驗，此論文已於今年三月發表於國際期刊，其中有兩個重大發現。

第一點是新興毒品，尤其卡西酮類使用者，多為多重藥物使用，且平均年齡遠較於傳統毒品為輕，介於14至26歲間，第二點是就醫原因多為傷人或是自殺行為，顯示其對精神狀態之嚴重影響。

研究團隊指出，家長最關心的是學童是否受到新興毒品誘惑及影響，因此家長及校方應加強辨認學童異常身心狀態之能力，如情緒起伏大、睡眠狀態異常、缺課大幅增加等，皆可能需要進一步醫療評估是否有暴露毒品危害之風險。

再來是毒咖啡往往混用六種以上成癮物質，且個別劑量差異頗大，因此造成身體危害乃至猝死時有所聞，提醒民眾切勿以身試法，付出健康的慘痛代價。

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>



攜帶物品判斷 - 各種新興毒品



← 近年盛行的新興毒品「改裝型混合式毒品」。(圖片為警方提供)。

遠離毒品! 食藥署公布全國物質使用調查結果

華視 2019年7月20日 台北市 / 曾珮華 綜合報導

衛生福利部食品藥物管理署「107年全國物質使用調查」結果今(31)日出爐，結果顯示12至64歲的民眾中，使用非法藥物、且可明確指認藥物種類者的終身盛行率為1.15%，可能約有20萬4千人曾經用過非法藥物，而最常被使用的則是安非他命，而近年盛行的新興毒品「改裝型混合式毒品」如毒咖啡包、毒梅粉包及毒彩虹菸等，則是最常被使用的第五名，食藥署提醒，新興毒品變裝千奇百怪，不要因為一時的好奇或輕易聽信他人嚐試吸食。

最新調查結果 約20多萬人使用過非法藥物

食藥署委託國立臺灣大學公共衛生學院執行「107年全國物質使用調查」，結果顯示12至64歲的民眾中，使用非法藥物且可明確指認藥物種類者的終身盛行率為1.15%，與前一波調查的1.29%相比略為減少，依此盛行率來推估，我國可能約有20萬4千人曾經用過非法藥物且可明確指認藥物之種類。

食藥署表示，此次調查為了能掌握更全面的非法藥物使用數據，新增有關「使用改裝型混合式毒品(如毒咖啡包、毒梅粉包及毒彩虹菸等)」、「非自願使用非法藥物」及「受毒品使用者傷害」的題目，若納入使用改裝型毒品者，或無法辨別所用毒品者，我國使用或疑似使用任一種類非法藥物的終身盛行率為1.46%。

安非他命最多人用 另近年盛行改裝型混合式毒品

在台灣，各種非法藥物中最常被使用的前四名為安非他命(0.42%)、愷他命(0.40%)、搖頭丸(0.36%)及大麻(0.32%)。而近年出現的改裝型混合式毒品，在本次調查中首次納入，就排名第五(0.18%)；首次使用動機以「好奇」(70.5%)為主，初次使用地點大多位於同學或朋友家裡(29.9%)。不同於明確知道所用非法藥物種類者，以男性及中年人口為主，改裝型混合式毒品使用者較集中年輕族群，且無性別差異，顯示新型態非法藥物使用者的人口特徵已有變化。

強化反毒教育 拒絕來路不明藥物、糖果

有關民眾對於反毒教育的看法，有近九成(89.9%)的民眾認為反毒教育應「納入學校正規課程學習」，有半數以上(51.4%)認為應「強化家庭反毒教育」。

食藥署提醒民眾，拒絕來路不明的藥物、咖啡包、茶包或糖果，陌生場所不隨意接受他人送的飲料或食物，小心自己隨身的飲料，注意自身安全，若遇到有心人士引誘吸毒，可使用「反毒防身五術」加以拒絕，防止毒害上身。欲查詢更多毒品濫用及危害的相關資訊，請上食藥署「反毒資源專區」(<http://drug-prevention.fda.gov.tw>)。

吃魚組織胺中毒！ 解凍過這時間好危險



三立新聞網 2019年7月31日

記者楊晴雯／台北報導

炎炎夏日，食物若未保存適當容易遭到細菌、病毒汙染，吃下肚恐有害健康。台北市衛生局表示，今（2019）年4月至6月食品中毒通報案共有13件，較去年同期增加3件；該局提醒，食品中毒的高風險食物包含生菜沙拉、生魚片、飲冰品等，尤其魚貝類等水產品必須留心組織胺中毒風險。

台北市衛生局今日公布統計今年4月至6月共13件食品中毒通報案，較去年同期10件，增加3件，經衛生局採檢及調查，1件食餘檢體病原性微生物均未檢出，查攝食者主要症狀包含發疹、發癢、臉部潮紅及過敏反應，經判定過敏原因為虱目魚柳組織胺造成，係屬天然毒食品中毒，其餘12件病因無法判明。

台北市衛生局食品藥物管理科參議兼代科長王明理表示，食品中毒定義為2人以上攝取相同食品出現相似症狀，病因大宗為病毒、細菌、天然毒。未經加熱的生菜沙拉、生魚片、飲冰品等，是屬於食品中毒的高風險食物；而常被視為優良蛋白質來源的魚貝類等水產品，則需注意組織胺、諾羅病毒等風險。

王明理說明，組織胺(Histamine)是在腐敗魚肉(如：鮪魚、鯖魚、鰹魚、秋刀魚、沙丁魚等)中常見的一種化合物，對熱安定，故不易以加熱方式加以破壞，一旦產生就不易去除。開放式、潮濕的存放空間，易使魚體受到腸內細菌污染，24小時內便足以產生引起中毒的組織胺含量。

王明理指出，預防組織胺食品中毒的最佳方法，為防止魚肉在保存中產生組織胺，並需注意調理條件，包括於衛生良好環境確實以低溫或冷凍保存魚體、魚體解凍到烹煮間隔不超過2小時、足夠的烹調溫度及時間。此外，餐飲業者對於食材來源、處理流程、烹調器具、環境設備等，應確實符合食品良好衛生規範準則。

為防止食品中毒發生，台北市每年辦理48場食品衛生講習，107年計9,843人參加，加強輔導「預防食品中毒五要原則」：一、要洗手、二、要新鮮、三、要生熟食分開、四、要澈底加熱及五、要注意保存溫度。

台北市衛生局呼籲，餐飲業者應建立良好之操作衛生習慣，患者及醫療機構應保全證據，儘量保留剩餘食品及嘔吐或排泄物，並儘速通知衛生單位採樣調查，以釐清食品中毒原因。

中秋吃柚子最應景？

服用降血脂、降血壓5類藥物，要小心副作用



中秋吃柚子最應景？服用降血脂、降血壓5類藥物，要小心副作用

文／八里療養院李聖政藥師

2019年8月27日 上午10:22

【華人健康網文／八里療養院李聖政藥師】中秋佳節除了團圓吃月餅之外，柚子也是中秋必備的水果，柚子又大又圓，象徵「團圓」，柚子諧音「遊子」，希望飄泊在外的遊子在中秋節可以回家團圓，「柚」與「佑」諧音，代表希望月神護佑的美好意願。

柚子含有豐富的維生素C及大量其他營養素，是醫學界公認的最具食療效益的水果。但需要注意的是，柚子與葡萄柚中所含的類黃酮（**Flavonoids**）及呋喃香豆素（**furanocoumarins**），食用後會抑制小腸黏膜細胞中的代謝酵素CYP450（**cytochrome P450**）族中CYP3A4的作用，CYP450是藥物代謝的重要酵素，其中又有許多亞型，其中又以CYP3A4特別重要，有很多藥物以此途徑代謝，若合併食用柚子則會阻擋藥物以此途徑代謝，結果會阻礙藥物分解，使藥物在人體內積存時間較長，而增加其吸收量，造成藥物血中濃度、生體可用率增加，進而增加副作用或毒性發生風險。

八里療養院李聖政藥師表示，當民眾併有以下藥物，可能影響藥物血中濃度：

- (1)併用高血壓藥（如：鈣離子通道阻斷劑**amlodipine**、**felodipine**），會造成藥物血中濃度增加，導致血壓過低、週邊水腫、心跳加快，也可能使病患產生嚴重低血壓及心肌局部缺血的危險；
- (2)併用降血脂藥，會造成藥物血中濃度增加，導致肌痛、肝功能異常，嚴重更可能導致急性腎衰竭，**statin**類可能使病患產生肌肉病變及橫紋肌溶解症；
- (3)併用抗心律不整藥（如：**amiodarone**、**dronedarone**），可能使病患產生心臟毒性的副作用；
- (4)併用抗癲癇藥（如：**Carbamazepine**），可能使藥物血中濃度增加，提高不良反應風險；
- (5)併用鎮靜安眠藥，可能使病患增加嗜睡感。

以上五點，因所導致的交互作用無法因間隔服藥而避免，因此，建議在服用特殊藥物時，民眾可諮詢處方醫師關於藥物與食物之間的交互作用，服用藥物期間，為避免不必要的副作用產生，應小心攝食葡萄柚或柚子。服用中藥前亦建議先就醫諮詢醫師。



比馬桶還髒！飲料喝一口放隔夜 細菌暴增8千倍

EBC東森新聞 108.7.13

天氣炎熱，曝曬在陽光下難免會想來杯冰涼的飲料，不過，要注意的是，有些人一時喝不完，就隨手將飲料放在桌上，等到想起來了才繼續喝，但有研究指出，這個動作會使得飲料裡的細菌數暴增，進而引發健康問題。

台灣堪稱手搖飲王國，便利超商也很普及，加上天氣炎熱，不少民眾出門時都會帶著一杯飲料，然而，看似很普通的行為，一不小心卻可能將自己置身險境。基隆長庚醫院外科醫師江坤俊在《[健康2.0](#)》中指出，喝飲料時，如果是將瓶子中的飲料到出來喝再冰回冰箱，理論上是安全的，但如果在喝的時候，是嘴巴直接接觸瓶子，又沒有一口氣喝完，而是放在桌子上，就容易出問題。

江坤俊指出，日本節目曾經以白開水、大麥茶、可樂、柳橙汁、咖啡牛奶為例，將這5種不同的飲料分別對嘴喝一口，隨後放進「28度常溫、濕度70%」的房間，再取樣做持續24小時細菌檢測，並將一開始採樣的細菌控制在600個，觀察24小時後的細菌量。

裝水、。」

江坤俊進一步解釋，由於白開水成分單純，細菌可以繁殖的養分不多，因此24小時後的細菌量增至1100個，微甜的大麥茶則增至3700個，驚人的是，較甜的可樂增至249萬3800個、柳橙汁增至250萬3900個，最可怕的是，咖啡牛奶增至517萬5900個，而這都是由於細菌繁殖需要養分，含有較多糖分、蛋白質的飲品更容易成為細菌繁殖的場所，因此，最安全的飲用方法是將飲料倒入杯中飲用，剩餘的再立即冰回冰箱，以避免細菌暴增。