



本局石門水庫阿姆坪防淤隧道工程榮獲經濟部水利署第一屆工程行政透明績優獎，江局長(左3)接受賴署長頒獎

法律常識	❖ 刑法修了什麼？	P02
	❖ 刑事訴訟法的閱卷規定，修了什麼？	P06
法律時事	❖ 風紀股長不判死？	P09
	❖ 因物價指數下跌遭機關追減價金，單位主管收受賄款並協助履約爭議事宜	P12
廉政案例	❖ 工程瀝青混凝土鑽心試體案	P16
	❖ 【漫畫】別讓登機證洩漏你的行蹤	P18
資通安全	❖ 聰明使用智慧手機	P20
	❖ 行政院核定婚紗攝影服務定型化契約規範	P24
消費保護	❖ 「契約到期通知」置之不理？小心魔鬼藏在細節裡	P33
	❖ 職場疑似藥物濫用個案防制處理經驗	P35
反毒反詐	❖ 來來來！臉書加 LINE 買手機詐騙防制有小撇步喔！	P38
	❖ 甲集團程○○等吸金案	P39
洗錢防制	❖ 乙投資公司何○○等吸金案	P42
	❖ 大腸癌篩檢不可少！早預防、定期追蹤及治療 健康沒煩惱	P45
健康叮嚀	❖ 真相與闢謠	P48

刑法修了什麼？

資料來源：一起讀判決

108年5月10日，立法院三讀通過刑法、刑法施行法修正案，經總統在5月29日公布，並在5月31日生效。以下來簡要介紹這次的刑法修了哪些部分？

一、定義凌虐，修正第286條妨害兒少身心發展罪

刑法有許多條文都提到「凌虐」，比如第286條第1項規定：
「對於未滿十六歲之人，施以凌虐或以他法足以妨害其身心之健全或發育者，處五年以下有期徒刑。」

但什麼是凌虐，並沒有很清楚的定義。

新法在第10條第7項規定：稱凌虐者，謂以強暴、脅迫或其他違反人道之方法，對他人施以凌辱虐待行為。

此外，刑法第286條可以說大幅擴充，從原本2項擴充到4項，將保護對象從未滿16歲提高到未滿18歲，全文如下：

- (一) 對於未滿十八歲之人，施以凌虐或以他法足以妨害其身心之健全或發育者，處六月以上五年以下有期徒刑。
- (二) 意圖營利，而犯前項之罪者，處五年以上有期徒刑，得併科三百萬元以下罰金。
- (三) 犯第一項之罪因而致人於死者，處無期徒刑或十年以上有期徒刑；致重傷者，處五年以上十二年以下有期徒刑。



刑法

(四)犯第二項之罪因而致人於死者，處無期徒刑或十二年以上有期徒刑；致重傷者，處十年以上有期徒刑。

二、重罪發生死亡結果，無追訴權時效

過去，犯最重本刑為死刑、無期徒刑或十年以上有期徒刑之罪者，追訴權的時效是30年。這次，新法在第80條第1項第1款增加一個但書：但發生死亡結果者，不在此限。

此外，依照刑法施行法增訂的第8-2條，在這次修正的刑法施行前，追訴權時效已進行而未完成者，適用修正後之規定，不用再做新舊法比較。換言之，只要在5月31日以後時效尚未完成，犯最重本刑為死刑、無期徒刑或十年以上有期徒刑之罪，且發生死亡結果者，就沒有追訴權時效。

像木村拓哉主演的「檢方的罪人」，兇手逃過殺人罪的追訴權時效這樣的故事情節，以後在台灣不會發生。

三、殺人罪章的刑度跟要件調整

(一)第272條的殺直系血親尊親屬罪原本的刑度是死刑跟無期徒刑，修法後改為加重「殺人罪」的刑度，至二分之一。

(二)第274條的生母殺甫出生子女罪，是考量到特殊情況的刑度減輕規定，但這次新法增加了一個要件「因不得已之事由」。

(三) 第275條加工自殺有兩種行為樣態：教唆或幫助他人使之自殺，或受其囑託或得其承諾而殺之。舊法的刑度一樣，都是1年以上7年以下，新法將兩者的刑度區分，前者刑度較低為5年以下；後者較高為1年以上7年以下。

四、不區分「業務」、傷害刑度提高

計程車司機搭載客人時不慎發生車禍，或是醫生在診治過程發生醫療疏失，造成別人傷害、致重傷、致死時，所要負擔的是業務傷害、致重傷、致死罪，刑度比一般人來得高。這次修法認為不管是否從事業務，注意義務應該一樣，刪去以「業務」的區分方式。

雖然不再有業務的區分方式，但傷害罪群的刑度整體的提高，讓法官可以依照過失情節，有較大的空間來決定刑度。

修正後，傷害罪從3年以下提高到5年以下、過失傷害從6個月以下提高到1年以下、過失重傷害從1年以下提高到3年以下、過失致死從2年以下提高到5年以下。傷害或重傷害致死，從無期徒刑或7年以上有期徒刑，調高為無期徒刑或10年以上有期徒刑。

五、提高聚眾鬥毆刑度、刪除傳染花柳病罪

(一) 第283條聚眾鬥毆是之前的熱門議題，於死或重傷者，在場助勢之人，法定刑從3年以下提高到5年以下。

(二) 第285條傳染花柳病罪這次被刪除，之後就回歸到一般的傷害罪來處理，而不特別規定，同時也刪掉花柳病刑前強制治療的保安處分規定。


六、罰金刑修正及其他

這次刑法批次修改罰金刑，修改的方式是這樣的：

最高法定刑1年以下有期徒刑，罰金刑修正為10萬元以下；2年以下有期徒刑，罰金刑修正為20萬元；3年以下有期徒刑，罰金刑修正為30萬元以下；5年以下有期徒刑，罰金刑修正為50萬元以下。

另外，有兩個條文有文字修正、但在構成要件上無實質的影響，包括刑法第315-1條妨害秘密、第321條加重竊盜罪。

最後，原本刑法第139條只有針對公務員封印或查封之標示，新法增訂違背公務員依法所發具扣押效力命令行為之處罰。

 刑法修正草案重點	修法前	如修法通過後
修法重點 殺人致死重大案件 追訴權期限	最長30年	不設期限
殺害父母、祖父母 等直系血親尊親屬	死刑或無期徒刑	可酌情判處15年 以上徒刑
凌虐幼童刑罰	處7年以下徒刑， 若導致幼童死亡， 則依傷害致死罪處罰	致死可處10年以 上有期徒刑或無 期徒刑，致重傷 則處5年至12年， 且不受追訴權時 效限制
傳染花柳病罪	1年以下有期徒刑、 拘役或新台幣10萬元 以下罰金，並可強制 治療	比照傷害罪，處 5年以下有期徒刑 、拘役或新台幣 50萬元以下罰金

資料來源／行政院 中央社製圖

↑ TOP

刑事訴訟法的閱卷規定，修了什麼？

■資料來源：一起讀判決

一、為什麼要修法？

原本，刑事被告的閱卷權利是交給辯護人行使，刑事訴訟法第33條第1項規定：「辯護人於審判中得檢閱卷宗及證物並得抄錄或攝影。」那沒有辯護人的被告怎麼辦呢？第2項本文則規定：「無辯護人之被告於審判中得預納費用請求付與卷內筆錄之影本。」

換言之，沒有請律師的被告，並不能直接檢閱卷宗或證物，只能請求提供「筆錄」影本，並不及於其他卷宗或證物。比如鑑定報告、監視器畫面。

2018年3月，大法官做成釋字762號解釋，認為刑事訴訟法第33條第2項前段，未賦予「有辯護人之被告直接獲知卷證資訊」之權利，而且未賦予「被告得請求付與卷內筆錄以外之卷宗及證物影本」之權利，在這個範圍內，侵害憲法第16條保障訴訟權的正當法律程序，要求有關機關定期修法。

二、修法的邏輯是什麼？

- (一) 如果被告有請辯護人，辯護人可以檢閱、抄錄、重製及攝影卷宗及證物。
- (二) 不管被告有沒有辯護人，都享有直接獲知卷證資訊的權利。包括：可以自己請求交付證物及卷宗的影本、可以在必要、確保卷證安全的情況下，經法院許可來檢閱卷宗及證物。但法院在被告請求時，可以審酌法定情形而拒絕，被告則可以對法院的限制提起抗告。

三、具體的修法內容

(一)辯護人閱卷的樣態新增「重製」(第1項)

原本辯護人得「檢閱」、「抄錄」或「攝影」卷宗及證物，這次修法後多增加一個樣態「重製」，主要的原因在於因為科技的進步，閱卷的方式多樣，包括影印機影印、掃描成為電子檔，這些方法可否涵蓋在攝影的範圍，可能有疑問，因此增加了「重製」來涵蓋。

(二)被告可以預納費用，請求交付卷宗及證物影本(第2項)

不管被告有沒有辯護人，都可以請求付與卷宗及證物的影本，不再只是筆錄影本。

但有三種情況，法院可以限制。包括：

1. 內容與被告被訴事實無關。
2. 足以妨害另案之偵查。
3. 涉及當事人或第三人之隱私或業務秘密。

(三)被告可以在有效行使防禦權必要、確保卷證安全的前提下，經法院的許可而檢閱卷宗及證物(第3項)

除了請求付與影本外，被告也可以經法院許可後，在確保卷宗及證物安全之前提下檢閱卷宗或證物。當然，如前面提到的三種法院可以限制付與影本的情況，或者不是被告有效行使防禦權必要的情況下，法院可以限制。

至於什麼是有效的行使防禦權，立法理由指出法院應該審酌被告充分防禦的需要、案件涉及的內容、有無替代程序、司法資源的有效運用等因素，綜合認定。

舉例來說，如果被告沒有先請求付與影本，就直接要求檢閱卷宗。或是，被告取得影本已經可以獲得完整的卷證資訊，這兩種情況都可能被認為沒有直接檢閱卷宗的實益。

(四)當法院對被告限制時，可以抗告救濟（第4項）

最後，不管是法院對被告請求付與影本或檢閱卷宗或證物的限制，被告都可以提起抗告救濟。

(五)不得做非正當目的利用（第5項）

不管是辯護人或被告，取得卷宗或證物後，都不可以就該內容為非正當目的之使用。至於法律上的效果，則是視情況而定，如果有違反相關法令或損害別人權益，自負相關法律責任，新法並沒有增加新的法律效果。



↑ TOP

風紀股長不判死？

■資料來源：一起讀判決

一位讀友來訊，提到一件學長殺害學妹後又性侵，法官因為被告當過風紀股長，有教化可能而免死的新聞報導，讀友問我這是不是真的？

我們來談一下，法院的量刑要考慮什麼。

殺人罪的法定刑

每一個罪都有法定刑度的範圍，法官要在法定刑的範圍來決定刑度。如果法官認為構成殺人罪，可以選擇的刑度包括：死刑、無期徒刑、10 年以上的有期徒刑。刑法規定的有期徒刑，在沒有加重因素的情況下，是指 2 月以上 15 年以下。

換言之，在殺人罪的一般情況，法官可以選的刑度就是：

- 一、死刑。
- 二、無期徒刑。
- 三、10 年以上、15 年以下的有期徒刑。

量刑如何量

在確認法官可以判多久之後，下一個問題是：法官應該判多久，刑法第 57 條規定了法官科刑時，應該考慮的因素。

第 57 條是這樣說的：科刑時應以行為人之責任為基礎，並審酌一切情狀，尤應注意下列事項，為科刑輕重之標準：…。

這裡所講的以行為人的責任為基礎，也就是所謂的罪責原則，罪跟責要相當。有多重的責任、才有多重的刑罰。刑法的要求是，罪跟責要剛剛好，這樣的說法可能過於抽象。

法律明確要求的審酌因素

具體的來說，刑法第 57 條提出了 10 種量刑的時候，需要特別考量的因素，包括：

- 一、犯罪之動機、目的。
- 二、犯罪時所受之刺激。
- 三、犯罪之手段。
- 四、犯罪行為人之生活狀況。
- 五、犯罪行為人之品行。
- 六、犯罪行為人之智識程度。
- 七、犯罪行為人與被害人之關係。
- 八、犯罪行為人違反義務之程度。
- 九、犯罪所生之危險或損害。
- 十、犯罪後之態度。

法官審酌了一切的情形，綜合考量這些因素後，在法定刑的限制範圍內，選擇一個刑度，這就是所謂的宣告刑。

判決為什麼提到風紀股長？



回到新聞報導的這個案件，法院在判決中的確寫到被告擔任過風紀股長。不過，這可能是為了審酌上面提到的幾個因素，包括：犯罪動機及目的、所受刺激，以及和被害人的關係。

高雄地院 104 年度侵重訴字第 3 號就殺人罪部分，判決無期徒刑，當中的原文是這樣的：

被告同學、老師對其觀感為「很善良、但膽子較小」、「擔任風紀股長，感覺他很盡職，對同學有需要都會盡力幫忙，大部分同學都滿喜歡他的…」、「被告平時對人很好，可能是體型關係很多人對他有言語上的侮辱，但是他也沒有表現不開心，不知道是為何原因而做下這件事。」、「在夜市時被害人常對被告言語不善，但是被告都沒有不高興。」以及被告同學們給被告的話語，亦可看出被告在班上人緣尚佳，同學多表示難以相信被告會犯下此案，希望被告能好好悔改、加油等情。

在在可見被告並非仇視社會意欲報復之反社會人格之人，應係一時之間受到刺激，在積壓不滿、求歡未果的挫敗感以及擔心為人知悉後朋友可能對其觀感變差的衝動之下，而為殺人及意圖污辱屍體等行為。

法官在量刑時，要考慮的因素很多，千萬別看到一個關鍵字，就認為那是不判死的主因了。由於殺人罪並不是唯一死刑，我們該問的反而是：要判死的原因是什麼？

[↑ TOP](#)

廉政案例₋₁

廠商因物價指數下跌遭機關追減價金， 單位主管收受賄款並協助履約爭議事宜

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（工程篇）

一、案情概要

甲公司得標乙機關之「○○復駛計畫」（○○土木工程），於工程進行期間因物價波動，營造工程物價總指數跌幅超過 2.5%，遭乙機關依據契約規定，辦理變更預算追減工程費及營業稅合計 490 萬餘元；甲公司不服，爰向乙機關提出申訴，並向行政院公共工程委員會（下稱工程會）申請調解，惟調解不成立。甲公司遂交付第三人丙 50 萬元，透過丙請託其熟識任職於乙機關之學弟丁，由丁轉達單位主管戊，由戊協助處理該履約爭議事宜。其中，20 萬元為丙協助行賄之酬金，其餘 30 萬則為行賄戊之賄款。戊於收受 30 萬元賄款後，甲公司仍遭乙機關依約追減工程款，丙即以電話聯繫，請求退還 30 元賄款，戊遂以匯款方式退還予丙。

二、風險評估

- (一)個人面：公務人員應廉潔自持，主動利益迴避，並應依法公正執行公務。戊身為單位主管，未能抗拒誘惑，貪圖小利，收受與渠有職務上利害關係廠商之賄賂，有違官箴。
- (二)法規面：戊為刑法第 10 條規定「依法令服務於國家所屬機關而具有法定職務權限者」之公務員，故應遵守貪污治罪條例第 5 條第 1 項第 3 款「對於職務上行為不應要求、期約或收受賄賂」，以及公務員廉政倫理規範第 4 點，除但書情形且

係偶發而無影響特定權利義務之虞外，「公務員不得要求、期約或收受與其職務有利害關係者餽贈財物」等規定，明知該匯款乃甲公司請其幫忙處理履約爭議之代價，與其主管職務具有對價關係，仍予收受。

(三)制度面：依上級機關函示規定，機關辦理工程變更預算時，除須遵守政府採購法等相關法規規定外，尚須填寫「五大項檢討表」，確實檢討「契約變更之必要性」、「援用法令」、「是否另案採購」、「確定變更項目及數量」、「檢討責任歸屬」等5項，始得辦理變更預算。本案雖經工程會調解不成立，但戊難以諉為不知，渠仍得重啟協處之巧門。

(四)執行面：本案係因工程期間物價波動，致營造工程物價總數跌幅超過2.5%，經簽准變更預算追減490萬餘元，變更程序尚符合相關規定，惟甲公司為降低營業損失，雖循履約爭議途徑提出申訴與調解，仍行賄機關同仁與單位主管。

三、防制措施

(一)擴大廉政法令宣導：

- 1、辦理17場次「推動法治教育至基層單位」宣導活動，將基層單位依風險強度區分為紅燈、黃燈及綠燈區，邀請檢察官優先對風險強度較高之第1線工作同仁進行法治教育宣導，並請單位主管或分支機構首長列席，期能避免違失不法情事發生。
- 2、利用晨間會報及廉政會報等會議時間，針對近年貪瀆等刑事案例加強宣導，提升同仁廉潔反貪意識。

(二)積極辦理社會參與相關活動：

- 1、藉由辦理「企業誠信講座暨採購業務興革座談會」之方式，汲取經驗及資訊交流，促進廉能政治、凝聚企業與私部門反貪共識。
- 2、辦理4場次「廉政交流座談會」，跨域結合各機關及專家學者之專業意見，提供機關辦理相關採購案件與業務參考；並藉此落實行政與司法互助工作，針對風險因子多項溝通，行政透明 資訊公開，期使公務員可以誠實與安心執行職務、廠商維護合理權益、民眾獲得優質公共運輸、機關妥善監督稽核，以防範弊失發生。

(三)結合採購推動廉政倫理興革措施：

- 1、103年7月起，將「契約廠商廉政相關規定告知書」、「受委託廠商及其從業人員受贈財物、飲宴應酬、請託關說事件登錄表」等納入契約文件中，以「期前預防、弭換無形」觀念，避免同仁、相關人員及廠商違規觸法。
- 2、104年3月起，將「委託技術服務廠商倫理守則」納入契約文件，期能建立單純、乾淨之施工環境，提供公共工程品質。

(四)落實平時考核強化風險管理：

結合「平時考核不良狀況通報機制實施對象提列表」，責請所屬機關主管確實負起平時考核職責，有效掌握機關風險人員，妥為因應，並於廉政會報內定期說明提列狀況，以追蹤控管。

(五) 加強列管異常延宕採購案件：

為降低機關風險，對工程延宕而涉有重大異常者，宜積極列管，透過訪查、調卷研析、案例宣導等作為，提醒同仁及廠商審慎依法行事。

四、參考法令

(一) 貪污治罪條例第 5 條第 1 項第 3 款、第 11 條第 1 項。

(二) 公務員廉政倫理規範第 4 點、第 5 點第 1 款。

廉政故事

拒受不當餽贈的趙匡胤和曹彬



五代十國時期，南唐李後主為抵抗強國後周，爰向後周世宗柴榮使用離間計，並派遣使者送給後周大將趙匡胤三千兩白銀，並附拉攏書信一封。孰知趙匡胤不為所動，將書信及白銀悉數上交後周世宗。同樣的，某次後周使者曹彬奉命給吳越國送些兵器，送完後曹彬即起程返國，為的是不願接受吳越國的招待餽贈，但是吳越國官員還是追上了曹彬，並給了他大批的金銀珠寶。曹彬說：「我如果堅決不接受，將可能被人誤解我是借吳越人之名來沽名釣譽，而且也會貶抑朝廷的器度...。」於是他全部收下，但嗣後也是全數上交朝廷，自己一點也沒留。

記得數年前，新加坡官員到我國拜訪，期間球敘時，我國官員曾致贈其一件精美上衣，惟新加坡官員隨即問該件上衣市價，並稱該國法律規定公務員是不得收受餽贈的，但如果拒絕反不符社會或公務禮儀者，可依市價購買或將價金繳庫...。我想，上述的故事，其道理大概都是相同的吧，也就是一個國家的競爭力，絕對是和其官員的清廉度成正比的！

↑ TOP

工程瀝青混凝土鑽心試體案

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（工程篇）

一、案情概要

甲為○○工程處工務員承辦○○道路挖掘路面修復工程，明知依規定粒料篩分析試驗及瀝青含量等試驗須會同承商共同辦理取驗及送驗，竟基於違背職務收受賄賂之犯意，收受承商賄款且未依規定會同將鑽心試體送驗，逕由廠商移換不詳試體送試驗室檢驗。甲明知前開試驗之瀝青混合料洗油後粒料篩分析及瀝青含量報告登載內容不實，仍於嗣後審查據以為工程之結算計價，致廠商得以獲得試驗項目檢驗合格，並順利取得工程款，足生損害於工程處管理工程檢驗之正確性。

二、風險評估

（一）試體抽換掉包：

瀝青混凝土厚度檢驗（二、三級品管）係由工務段監造人員會同廠商現場取樣並送驗，如工務段監造人員未親自到場取樣，或取樣後未親自運送，可能發生取樣不實、試體被調包或勾結實驗室調整儀器抗壓速率、烘乾試體抗壓或修改報告數據等。

（二）預設取樣區段：

部分廠商有引導抽驗小組人員選定品質最佳之地點進行鑽心情形，並要求鑽心工作人員於該點取樣，圖使工程順利過關。

（三）取樣過程瑕疵：

試體經抽驗人員會同取樣後未會同送驗，或試體未經註記簽名致中途遭更換。

(四) 監造或驗收不實：

常見態樣有「瀝青混合料洗油後粒料篩分析及瀝青含量與契約不符」、「厚度鋪設與契約無法一致尚能順利結算計價」、「底層級配未依約鋪設」等。

(五) 法律認知不足：

相較實務工程執行層面而言，工程人員就法律認知則較薄弱。

三、防治措施



(一) 逐案隨機選定實驗室：

為確保試體送驗之正確性，各相關單位應彙整北部地區 TAF 認證實驗室名冊，並於契約約定由機關指定送驗實驗室，由政風單位協助自名冊隨機指定送驗之實驗室。

(二) 取樣點以隨機抽樣選定：

依隨機亂數方式於設計圖面上抽定抽驗樁號，並至現場會同選定抽驗位置，以提升取樣公正性。

(三) 全程會同取樣送驗：

工程之監造、查驗人員應於現場取樣後立即於試體簽名，並會同送至實驗室。

(四) 執行「瀝青混凝土鋪設工程查驗表」：由現場監造、查驗人員依據查驗表逐項填載檢查數據(或結果)並簽名，強化工程施作品質管控機制。

(五) 提升法治素養：就工程承辦人員定期舉辦法規認知宣導。

四、參考法令：貪污治罪條例第 4 條第 1 項第 5 款。

【漫畫】別讓登機證洩漏你的行蹤

資料來源：教育部全民資安素養網

別讓登機證洩漏你的行蹤





圖 水瓶女王vs老公仔

聰明使用智慧手機

✦ 資料來源：教育部全民資安素養網

聰明使用智慧型手機



令人擔心的NG行為

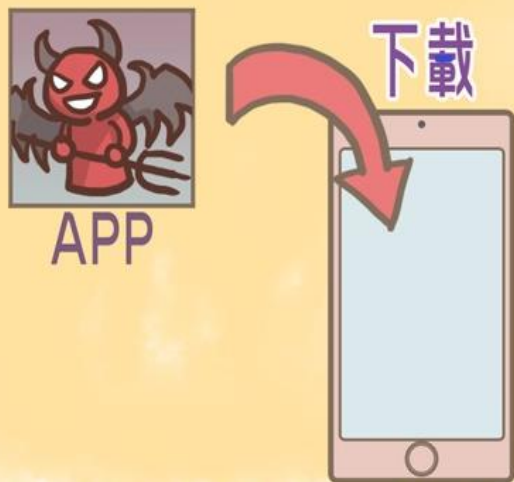
未設定開機密碼或螢幕鎖



誤安裝假防毒軟體



常下載來路不明的App



沒有備份資料的習慣



未妥善保管手機



使用沒有加密的Wi-Fi



讓人安心的OK行為

定期更新軟體



更新



定期進行病毒掃描



不使用藍芽或定位
功能時應關閉



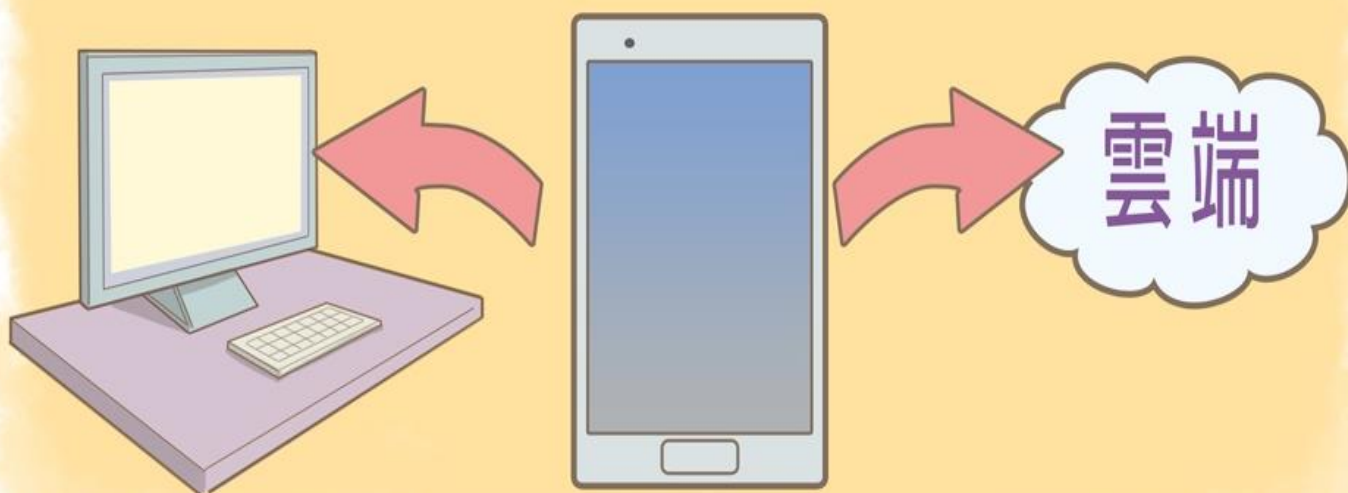
解除安裝沒在使用的App



將經常造訪的網站建立書籤



定期備份手機裡的資料



↑ TOP

行政院核定婚紗攝影服務定型化契約規範

➤ 資料來源：行政院消費者保護會全球資訊網

行政院核定「婚紗攝影服務定型化契約應記載及不得記載事項」，規範業者收取之定金不得超過契約總金額百分之二十；禮服押金不得超過契約總金額百分之十；經消費者指定之攝影師或造型師，業者不得任意更換等，提供消費者拍攝婚紗更完善之保障。

經濟部於民國 88 年公告「婚紗攝影(禮服租售及拍照)契約範本」作為行業行政指導。為使實務上常見之消費糾紛處理有所準據，該部依消費者保護法第 17 條第 1 項授權，研擬具有法規效力之「婚紗攝影服務定型化契約應記載及不得記載事項」，經行政院進行審查後予以核定，相關規範重點如下：

- 一、契約審閱期間至少三日：實務上常見消費者於未清楚瞭解契約內容之情形下，因促銷話術當場簽約而反悔之案例，為預防消費糾紛，爰明訂契約審閱期間。
(應記載§1)
- 二、各服務階段收款之上限：婚紗攝影服務契約訂立後，通常需經過一段期間方能完成全部之服務，為衡平雙方當事人之權益，明訂業者收款上限如下：
 - (一)業者若有收取定金，其不得逾契約總金額百分之二十。
 - (二)定金及選定禮服或擇定拍攝日期所收取金額之累計，不得逾契約總金額百分之五十。
 - (三)定金、選定禮服及拍攝所收取金額之累計，不得逾契約總金額百分之六十。
 - (四)定金、選定禮服、拍攝及選定樣片所收取金額之累計，不得逾契約總金額

百分之八十。

(五)業者若有收取禮服押金，其不得逾契約總金額百分之十。(應記載§4)

三、外景拍攝之風險分擔：因外景拍攝之天候與雙方約定不符致無法完成拍攝時，得由雙方約定另擇期拍攝或以其他拍攝方式替代。另擇期拍攝，如須再次造型、化妝，除另有約定外，業者不得收取費用。(應記載§6)

四、選定樣片及照片之著作權歸屬：經消費者選定之樣片及照片，除另有約定外，其著作人為業者，著作財產權人為消費者。(應記載§10)

五、未經選定樣片及照片之使用限制：未經消費者選定之其他樣片及照片，除經書面同意者外，業者不得使用，並應銷毀。業者若有違反，應負損害賠償責任。(應記載§11)

六、指定攝影師或造型師：

(一)消費者如有指定攝影師或造型師，業者不得任意更換。

(二)被指定人員因故無法提供服務時，業者應立即通知消費者重新選定。

(三)消費者已支付指定費而不願重新選定，得終止契約，並得請求加倍返還所收取之指定費。終止契約時，業者應退還尚未提供服務之報酬。(應記載§

13) 政院核定「商品(服務)禮券定型化契約應記載及不得記載事項草案」，規範禮券應記載發行人之履約保障機制及消費者要求退還禮券之機制；禮券不得記載使用期限及未使用完之禮券餘額不得消費等，提供消費者購買禮券更完善之保障。

婚紗攝影服務定型化契約應記載及不得記載事項（核定本）

壹、前言

本事項所稱婚紗攝影服務，指提供婚紗拍攝及禮服租用之服務。但單純提供禮服租用者，不適用之。

貳、應記載事項

一、契約審閱權

本契約於中華民國(以下同)○年○月○日經消費者攜回審閱○日(契約審閱期間至少三日)。

二、服務範圍

本契約服務之內容詳如附件「婚紗攝影服務項目」。

三、契約總金額

本契約之總金額為新臺幣(以下同)○元，除另有約定外，業者不得增收其他服務報酬及費用。

四、服務報酬及押金之交付

交付金額及交付日期如下：

(一) 定金：

不收定金

定金：○元

交付日：○年○月○日

(二)選定禮服或擇定拍攝日期：○元

交付日：○年○月○日

(三)拍攝付款：○元

交付日：○年○月○日

(四)選定樣片付款：○元

交付日：○年○月○日

(選定樣片係指選定底片、毛片或數位攝影之電子檔案)

(五)取件付款：○元

交付日：○年○月○日

(取件係指受領選定之樣片及照片)

(六)取得禮服付清尾款：○元

交付日：○年○月○日

(七)禮服押金：

不收押金

押金：○元

交付日：○年○月○日

(八)其他約定收費服務項目：○元

交付日：○年○月○日

業者收取前項各款金額之比例限制，應依下列規定辦理：

(一)第一款金額不得逾契約總金額百分之二十。

(二)第一款及第二款金額之累計，不得逾契約總金額百分之五十；

第一款至第三款金額之累計，不得逾契約總金額百分之六十；

第一款至第四款金額之累計，不得逾契約總金額百分之八十。

(三)第七款金額不得逾契約總金額百分之十。

五、消費者之協力義務

雙方約定之化妝、試穿、拍攝、外景拍攝等日期之工作，需消費者協力行為始能完成而消費者未為者，業者應定七日以上之期限，催告消費者為之。

消費者無正當理由未於前項期限內為其行為者，業者得解除契約，並得請求賠償因解除契約而生之損害。

六、外景拍攝之風險分擔

外景拍攝之天候，與雙方所約定不符，致無法完成拍攝工作時，得由雙方約定另擇期拍攝或以其他拍攝方式替代。

前項約定另擇期拍攝，如須再次造型、化妝者，除另有約定外，業者不得收取費用。

七、受領遲延

消費者應於約定之日期選定樣片或取件。

消費者違反前項約定者，業者應定七日以上之期限，催告消費者選定樣

片或取件。

消費者未於前項期限內選定樣片或取件者，業者自期限屆滿之日起，僅就故意或重大過失之行為，負保管責任。

業者自第二項期限屆滿之日起六個月後得不負保管責任。

八、照片製作瑕疵修補義務

經消費者選定樣片後，因照片製作有瑕疵者，消費者得請求業者於約定期限內修補或重新製作。

業者未於前項期限內修補或重新製作，或其瑕疵不能修補者，消費者得解除契約或請求減少報酬。

因可歸責於業者之事由，致發生第一項瑕疵者，消費者除依前二項之規定主張外，並得請求損害賠償。

九、禮服租用押金之返還及賠償

租用之禮服無毀損、滅失情形，或因不可歸責於消費者之事由致毀損、滅失者，業者應返還收受之押金。

因可歸責於消費者之事由，致租用之禮服有毀損、滅失之情形者，業者求償金額以押金為限。但業者如能證明所受損害超過押金者，不在此限。

十、選定樣片及照片之著作權歸屬

經消費者選定之樣片及照片，除另有約定外，其著作人為業者，著作財產權人為消費者。

十一、未經選定樣片及照片之使用限制

未經消費者選定之其他樣片及照片，除經書面同意者外，業者不得使用，並應銷毀之。

業者違反前項約定致生損害者，應負損害賠償責任。

十二、消費者終止契約之權利

消費者得隨時終止契約。

契約終止時，業者得請求契約終止前已提供服務之報酬；其另受有損害者，並得請求賠償。

十三、指定攝影師或造型師之變更

前項被指定人員因故無法提供服務時，業者應立即通知消費者重新選定。

前項情形，消費者已支付指定費而不願重新選定者，得終止契約，並得請求加倍返還所收取之指定費。終止契約時，業者應退還尚未提供服務之報酬。

參、不得記載事項

一、不得記載消費者應繳回契約書。

二、不得記載減輕或免除業者依消費者保護法、民法或其他相關法規規定應履行之義務。

三、不得記載廣告、傳單或其他宣傳品僅供參考。

四、不得記載違反法律強制、禁止規定或顯失公平之條款。

附件、婚紗攝影服務項目

消費者姓名：○ 聯絡電話：○ 門市聯絡窗口及電話：○

一、時程安排：

(一)選定禮服日期：○年○月○日

(二)拍攝日期：○年○月○日

(三)選定樣片日期：○年○月○日

(四)取件日期：○年○月○日

二、拍攝地點：

三、拍攝組數：

(一)底片○組

(二)選定○組，如約定業者得使用消費者所選定之樣片及照片者，應載明其用途。

四、攝影師或造型師：

(一)攝影師：

指定(攝影師：○)

指定收費：○元

指定不收費

不指定

(二)造型師：

指定(造型師：○)

指定收費：○元

指定不收費

不指定

五、相本、相框及照片之數量及規格：

六、禮服租用件數、式樣及使用歸還日期：

七、禮服使用之費用及押金收取：

八、其他項目：



↑ TOP

「契約到期通知」置之不理?

小心魔鬼藏在細節裡

資料來源：行政院消費者保護會全球資訊網

消費者都希望錢花得值得，行政院消費者保護處(以下簡稱行政院消保處)提醒，若不注意契約細節，避開有心業者的套路，荷包裡的錢仍會在不知不覺間溜走。

近來許多民眾趁著各種促銷專案，搶辦了行動通訊上網吃到飽服務，但有些消費者不清楚，契約到期後的月租費也許不再是優惠價 499 元，可能回復成「原價」1,299 元；又或者已經不是「吃到飽」，等收到帳單才發現爆表。對此，電信業者表示，契約到期前他們都一定會通知消費者。但行政院消保處仍接到消費者反映，某業者的通知方式，竟是淡淡地發一封簡訊：「本門號的專案綁約期限將於某年某月某日到期(當日起即無綁約限制)，相關資訊請洽門市或客服」。試問有多少人能想到，不找門市或客服洽詢竟對權益大有影響？



行為經濟學的推力理論，如今已經被許多國政府機關和企業廣泛應用，把期待客戶勾選的選項設為「預設選項」，是最常見的推力。行政院消保處表示，該處在審議重要商品或服務定型化契約應記載及不得記載事項，也運用了這種概念，排除那些常造成紛爭、顯失公平的條款，且將重要條款定為應記載事項(形同預設選項)，藉此平衡雙方利益。前述電信業者在契約到期前的通知，屬於正向的推力，但內容語焉不詳，則沒達到告知的效果，徒具形式。

水能載舟亦能覆舟，如果使用推力理論，影響人做出錯誤選擇，就成為「暗推」(Dark nudge)。少數商家利用人的急迫、輕率、無經驗或怕麻煩心理，提供看似更方便、更明顯或更優惠的預設選項，引導消費者自然而然做出選擇。例如限時免費軟體，一鍵就可下載，試用期 1 個月結束就開始算帳，但在試用期結束前的關鍵時刻，卻很難找到停止訂閱的途徑或管道。消費者上網訂飯店，訂房網說已找到最優惠價格，這房間有 5 人正在線上觀看，只剩最後 1 間……。消費者若沒有意識到他們正被影響，就可能急著做出預期外的決定。其實，暗推並不罕見，亦引發了各國關注，數度於國際會議探討違規的態樣，我國也開始同步掃瞄市場上那些踩到紅線(對消費者顯失公平)的暗推手法。

行政院消保處表示，對於廣告不實引人錯誤的宣傳手法，相關主管機關會依職權對違規業者查處；該處與國家通訊傳播委員會也曾多次和電信業者開會，三令五申要求做好資訊揭露。行政院消保處強調，依消費者保護法第 13 條，企業經營者應向消費者明示定型化契約條款之內容；明示其內容顯有困難者，應以顯著的方式，公告其內容，並經消費者同意者，該條款即為契約之內容。該處不樂見蓄意隱匿重要資訊的做法，未來將從消費申訴案件資料中找出慣犯，移請主管機關查處。



↑ TOP

職場疑似藥物濫用個案防制處理經驗

資料來源：衛生福利部食品藥物管理署「108 職場藥物濫用推動案例彙編」

大明是位認真打拼事業的年輕人，如今在公司擔任中階主管，身處與公共安全業務有關的職場，亦算是小有成就。在他年紀漸長後，感覺體力變差、反應力下降，常常覺得身體無法負荷工作量，為此讓他感到相當困擾。就在某天聚會時跟好友訴苦，好友也回應有類似情形，進而提到自己已食用的一種中藥非常有療效，是能補氣血的傳統中草藥，不僅可以幫忙解決他的問題，也能將身體調整到最佳的狀態。

期望能改善身體狀況的大明，便懷抱著試試看也好的心情開始嘗試食用了，喝了幾帖後，大明覺得自己彷彿變得年輕了，吃完藥後不再感到疲倦，上班時精神也變的相當好，而且心情常常會感到無比開心。就在某天當大明服完藥後，在公司工作時要前往影印的途中，突然步伐不穩，搖搖晃晃中砰的一聲就倒下了，當同仁聽見巨響之後便立即跑過來關心，看見是大明昏倒在地上，同事們非常緊張的呼喚他，卻見他毫無回應而呈現休克狀態。在緊急送醫後，經抽血檢測竟然發現他的血液中呈現 K 他命成分的反應，同事們都非常震驚，也不敢相信，平常行為舉止和工作表現都沒有異狀的大明，怎麼會拉 K 呢？在大明醒來時，經詢問並檢驗後，發現原來是他所煎煮的中藥材裡，含有 K 他命成分，大明竟然是在毫無防備下誤食的！

討論

- 一、職業健康服務的過程中，若沒有醫師在該事業單位駐診的情況下，不論是職業醫學專科醫師或駐場醫師，都不可以在服務過程為員工開立處方簽。因此是否

需要提供員工有關藥物使用的相關諮詢服務，以及舉辦教育講座的必要性？

二、依據民國 102 年修正公告之【職業安全衛生法】，雇主為防止職業災害，保障員工安全及健康，使其從事工作時，在合理可行的範圍內，除了應有符合規定的必要安全衛生設備及措施外，亦須對於員工之肌肉骨骼疾病、異常工作負荷所促發疾病，以及執行職務遭受不法侵害進行預防與保護，並規劃及採取必要之安全衛生措施。因此，為了關懷員工身心狀況，職業健康醫護服務及相關人員是否曾採取相關作為，如：運用心情溫度計等工具進行員工健康評估，瞭解員工的問題與現況？

解析&分享

一、案例中所敘述的職場是屬於公共安全業務相關之場域，依據【毒品危害防制條例】，符合第 33 條特定人員尿液採驗辦法之範圍內，公司可依據該法規條文，於內部章程訂定相關辦法，如：每年不定期抽驗員工與承攬商(受檢前均應簽具同意書)；抽驗若出現陽性反應者的後續處理，如：公司可要求同仁再複檢一次，以確認檢測結果，進而深入瞭解員工的健康情形，並協助就醫與醫療諮商輔導或轉介 EAP(員工協助方案)。

二、隨著國內人口高齡化趨勢，職場將面臨愈來愈多的中高齡就業人口，為了避免工作者只追求績效表現而誤觸或不當的使用藥物，可在職場辦理全面性且多元化的健康促進相關活動(如:身體活動、健康飲食、菸害暨檳榔防制、四癌篩檢、成人預防保健服務、慢性疾病管理等)；對於打造健康職場環境，為引起員工

興趣以促使員工瞭解自身健康狀況與健康照護相關知識，除了辦理講座之外，職場也可以提供心理方面的諮詢服務或是運動活動課程，來紓解員工的工作壓力。

三、職場若是需要藥物濫用防制資源，皆可向各地區毒品危害防制中心、法務部等政府機關尋求協助，或是瀏覽食藥署反毒資源專區及法務部反毒大本營網頁，皆有豐富宣導文宣品可以供職場運用。

您可以使用的資源：

毒品危害防制條例



特定人員尿液採驗辦法
(含特定人員範圍表)



各地毒品危害中心



反毒資源專區



法務部反毒大本營



↑ TOP

反毒反詐-2

來來來!臉書加 LINE 買手機詐騙防制有小撇步喔!

➤ 資料來源：警政署 165 全民防騙網

歹徒藉由盜用臉書，張貼販售優惠商品(手機、筆電、單眼相機等)訊息文章，要求民眾加 LINE 私下詳談發生之詐騙案件仍層出不窮，165 教您一個小撇步，可透過回撥親友個人手機電話，或用其他通訊軟體(如 LINE)與貼文者確認真偽，利用另一個管道和貼文者確認，就可知道是真是假，如果只透過 MESSENGER，帳號早就被盜用了啦!!!



WWW.GETDR.COM

防詐達人立即辨 貼圖購物不受騙

唯一能辨識網路詐騙的機器狗 加LINE好友即可使用



內政部 警政署 刑事警察局
CRIMINAL INVESTIGATION BUREAU

TREND MICRO
趨勢科技

↑ TOP

洗錢防制₋₁

甲集團程○○等吸金案

資料來源：法務部調查局全球資訊網「洗錢案例彙編第七輯」

一、案件來源

法務部調查局於102年6月間受理金融情資後發現：A銀行客戶甲公司帳戶自開戶後即持續有大額款項匯入，再以大額現金方式領取或匯出情形，交易似有異常。

二、涉案人

楊○○、程○○、沈○○及程○達等人。

三、涉案情形

楊○○係乙公司負責人；程○○係乙公司股東、皓○公司負責人；林○○係乙公司副總經理及甲公司監察人；沈○○係傑○公司負責人；程○○胞弟程○達則負責處理公司集團帳務與資金調度事宜。100年8月起，前述楊○○等人明知非銀行不得經營收受存款業務，亦不得以投資名義收受款項或吸收資金，而約定給付與本金顯不相當之紅利，竟共同以乙公司、甲公司、傑○公司及皓○公司名義，在北區、中區及南區等地成立公司服務據點，藉由給付招攬投資金額1%至12%不等之高額佣金制度大量招聘業務人員，再透過業務人員公開向不特定大眾佯稱該公司投資大陸地區洗腎醫療業務，勸誘民眾以50萬元、60萬元或100萬元為投資單位，用以購買「血液透析設備」（洗腎機），再委由楊○○等人轉租大陸醫療院所2年，並保證每月租金為1.5%至6%不等；103年間另推出「直接加速器」（掃描腫瘤機）新投資方案，投資期限延長為3年，每月租金則固定為2%。總計楊○○等不法集團自100年8

月迄105年2月期間，以前述方法向不特定大眾吸收得31億1,173萬5,868元。惟前述投資行為實為「龐氏騙局」，募得資金並未用於購買醫療器材租借予大陸醫療院所，部分由楊○○等人私用，部分則用以支付業務員獎金及投資人之「租金」。惟楊○○及程○○等人為取信投資大眾，除與投資人簽訂相關設備買賣契約書、租賃契約書及買回契約書，更偽造與大陸醫院相關設備轉租契約書，以掩飾不法犯行。

四、洗錢手法

楊○○等人以質借出租等話術取信投資大眾，並以「租金」名義代替「紅利」掩飾吸金之實，投資人受高利吸引參與投資後，即依業務人員指示將投資款項匯至指定之甲公司設於A銀行、楊○○設於B銀行、C銀行及程○○設於C銀行帳戶。楊○○及程○○指示程○達以後期投資人之投資款偽作大陸醫療院所給付前期投資人之「租金」，並於每月15日以現金提領前述帳戶款項，再分至金融行庫以無摺現存方式將紅利存入各投資人帳戶中。

五、起訴情形

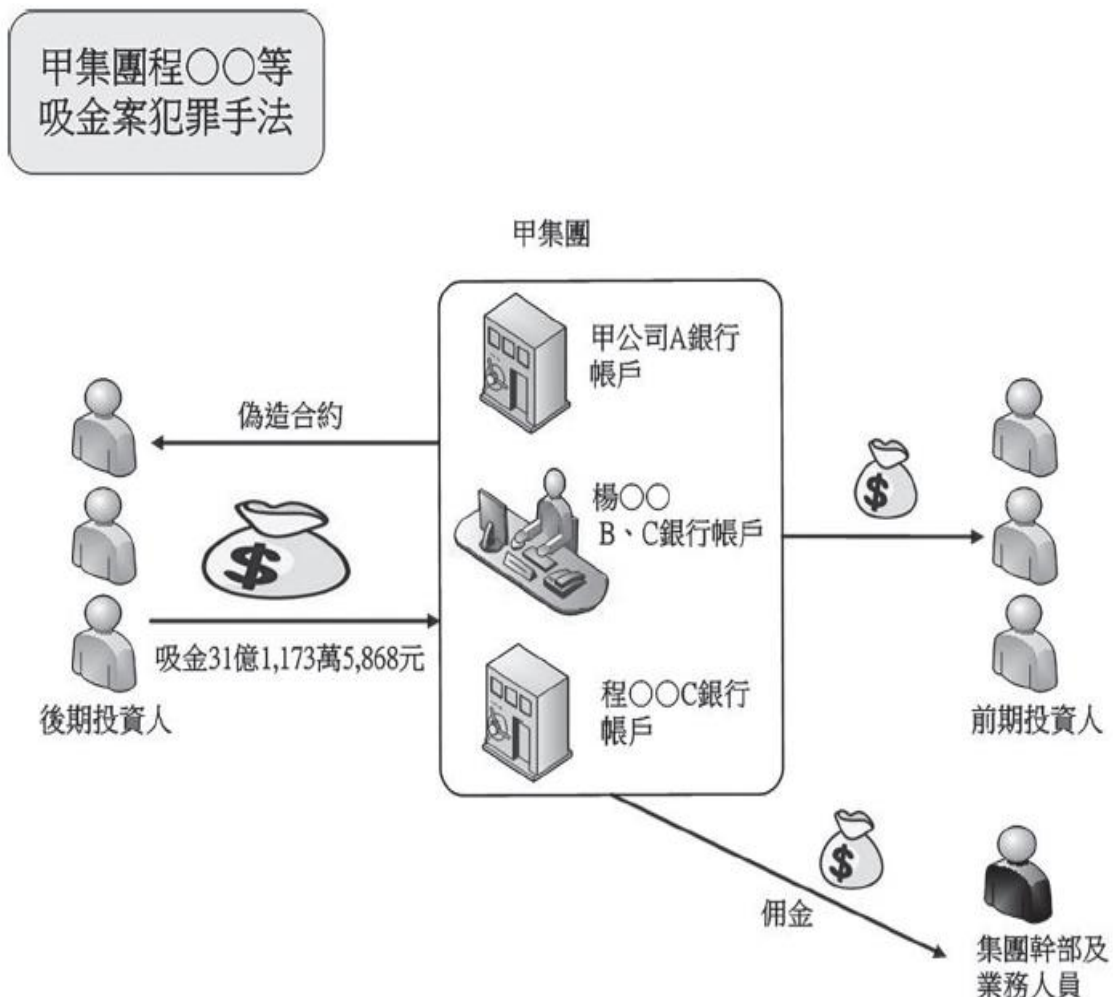
臺灣臺中地方檢察署於105年5月間，以違反銀行法等案起訴程○○等人。

六、經驗參考

- (一) 甲公司設立於丁市，惟相關董監事及股東均非丁市市民，又該公司開戶後即持續有大額款項匯入，再以大額現金方式領取或匯出等異常交易情形，金融機構可藉落實客戶審查機制，及時發掘並適時申報可疑交易。
- (二) 楊○○等人以質借出租「租金」名義代替「紅利」掩飾吸金之實，惟究其本質，

仍與保證贖回本金及給付與本金顯不相當獲利之傳統吸金手法無二致，宜持續加強向民眾宣導慎選合法投資管道，方能避免投資大眾蒙受損失。

(三) 楊○○等人非法吸金新聞曝光後，各金融機構主動檢視相關帳戶交易情形及自主申報該案件後續相關之疑似洗錢交易報告，對於司法單位追查不法資金流向及查扣不法所得有重大貢獻。



↑ TOP

乙投資公司何○○等吸金案

資料來源：法務部調查局全球資訊網「洗錢案例彙編第七輯」

一、案件來源

法務部調查局於103年3月間受理金融情資分析後發現：某金融機構客戶乙公司帳戶交易模式多為他行跨行轉入款項，隨即由會計臨櫃提現，僅表示為投資用途，交易型態似有異常。

二、涉案人

乙公司負責人何○○等人。

三、涉案情形

102年6月起，乙公司負責人何○○與員工周○○等人，透過親自招攬、紙本文宣、電子郵件、「LINE」等即時通訊軟體等訊息傳遞管道，以每投資單位50萬元，月息5%，借款期限3個月，期滿一次支付本金及15%利息為條件，公開向不特定大眾招攬借款（投資）要求。為取信投資人，何○○並以乙公司名義與投資人簽訂「金錢消費借貸契約書」為憑，並由何○○開立乙公司商業本票為擔保，要求客戶將款項直接或透過業務員周○○等人帳戶匯款至乙公司帳戶，另以不實之「委任服務合約」掩飾給付顯不相當報酬的事實。嗣後何○○等人為吸引不同投資偏好者加入投資，又將上開方案分為1個月至12個月不等投資期限、利息報酬36%至120%不等的16種投資方案。總計102年6月至105年7月期間，何○○與員工周○○等人以上述手法誘使400餘名不特定人參與投資，吸金總額達23億3,011萬4,000元。

103年3月間，何○○等人為規避乙公司可能觸犯銀行法等疑慮，且考量專案利息過高，構思以「乙公司全球資產配置G單」基金（稱「G單」）投資方式取代原有專案，要求原投資人於合約期滿後轉投資G單，聲稱G單係由乙公司在全球ETF市場、外匯市場及期貨市場尋求投資機會，閉鎖期為3個月，投資人可取得3個月後到期之同額本票作為擔保。何○○等人又於乙公司網站上逐日公布每日模擬之獲利淨值，每月並提供投資人G單績效資料，以取信投資人，內容依申購當時所取得之單位數計算，雖單位數固定，但每單位淨值有漲跌，投資人藉由淨值增漲，賺取差價，縱然可能跌價，但3個月到期，仍可領回原投資款項。何○○另指示所屬每月於丙市不特定會議場所舉辦「趨勢研討會」及「經濟論壇」說明會，由何○○等人或不知情之高學歷投資研究員主講各類投資議題，藉由研究員之高學歷光環吸引不知情之投資人與會，同時宣揚G單投資績效，致投資人陷於錯誤陸續加碼投資G單7億7,721萬6,392元。

四、可疑洗錢表徵

帳戶內每筆存、提金額相當，相距時間不久。

五、起訴情形

臺灣臺北地方檢察署於105年11月間，以何○○等人違反銀行法等案提起公訴。

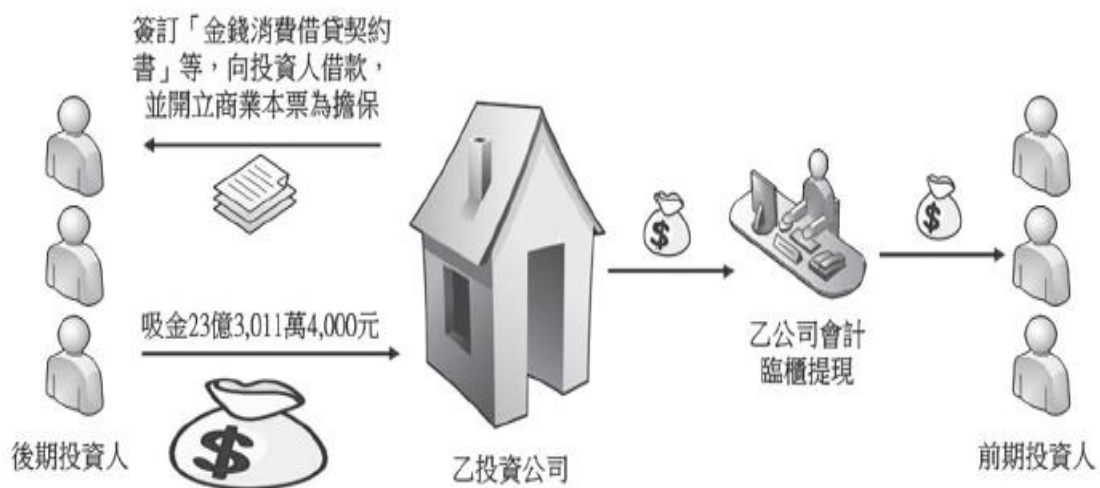
六、經驗參考

- (一) 非法吸金係我國常見之經濟犯罪，具有犯罪金額高與受害人數多之特性，對金融安定及民生福祉危害甚鉅。該類型犯罪多透過金融機構帳戶收受資金並給付

款項，若金融機構協助及早發覺異常交易，當有助減少該類型犯罪之持續時間，並降低犯罪金額及被害人數。

(二) 非法吸金經常以認購單位數方式對外招攬投資（如本案為每單位50萬元），故其帳戶頻有匯入款且單筆存款交易金額多呈現倍數關係（如50萬元、100萬元、150萬元等），可作為非法吸金交易的判斷參考。

乙投資公司何○○等 吸金案犯罪手法



↑ TOP

健康叮嚀₋₁

大腸癌篩檢不可少！早預防、定期追蹤及治療

健康沒煩惱

資料來源：衛生福利部國民健康署全球資訊網

大腸癌發生人數連續第 11 年盤踞 10 大癌症之首，根據國民健康署最新 105 年癌症登記資料統計，每天約有 41 個人罹患大腸癌，每年約 1 萬 5 千人罹患大腸癌；死亡人數約 5 千 700 多人。但事實上，大腸癌不難預防，也並非絕症；根據美國癌症研究協會指出，大腸癌是最可預防的癌症類型之一，1/2 的大腸癌可以透過調整飲食習慣、運動與體重控制來預防，而透過定期大腸癌篩檢，早期癌的治癒率和 5 年存活率都可超過 8 成 5。

一管『便』分曉，早期篩檢可降低罹病風險

根據醫學實證資料顯示，罹患大腸癌的高風險族群包括：1. 年齡超過 50 歲：根據國家癌症登記數據顯示，每年近 15,000 多名大腸癌個案，50 歲以上就佔了近 9 成；2. 有腸道病史：有腺瘤性瘻肉或發炎性腸道疾病(inflammatory bowel disease)者，罹患大腸癌的風險相對高；3. 有大腸癌家族病史：10% 的大腸癌歸因於遺傳，包含家族性大腸直腸瘻肉、遺傳性非瘻肉大腸直腸癌等。國民健康署建議以上高風險族群，要儘早跟醫師討論，定期安排檢查，若篩檢結果為陽性，應至醫院做進一步確診；若結果為陰性，繼續維持良好生活習慣並定期接受癌症篩檢。

國民健康署指出：「實證證明糞便潛血檢查可以有效預防大腸癌，經由篩檢早期發現癌前病變（大腸瘻肉），並經切除後可以降低死亡率。」由國立台灣大學公衛學院研究團隊，透過資料分析有接受篩檢跟沒接受篩檢的民眾，比較兩者死於大腸癌的風險，結果顯

示：若篩檢率為 21.4%，定期複篩率為 30%時，即可降低 10%的死亡風險；若篩檢率能達 40%，在同樣的複篩率下，可降低 23%的死亡率；若篩檢率達 60%，則可降低 36%的死亡率。

有鑑於大腸癌多發生在 50 歲以後，國民健康署提供 50-74 歲的民眾每 2 年 1 次免費的「定量免疫法」糞便潛血檢查，民眾只需要將採便管帶回家，使用採便棒在糞便上來回沾幾次放入專屬的套管後，再送至符合健保特約的醫療院所，就可進行糞便潛血檢查，採便前不須限制飲食或使用灌腸。

接受正規治療是面對大腸癌最重要的生命態度

若已確診為大腸癌，則請配合醫師治療，三軍總醫院癌症中心何景良主任表示：大腸癌除透過手術治療外，仍要藉由專業的腫瘤科醫師評估是否需要接受化學、標靶或放射治療，經由完整的治療與追蹤，腫瘤才能完全控制、才能長期存活，呼籲民眾要及早就醫的重要性，適時的腫瘤評估，如此可以減少腫瘤的復發機會，達到完成無腫瘤之健康身心狀況，以提升存活率。

政府再三提醒莫忘護腸四個步驟：健康飲食、規律運動、定期篩檢及確診後遵

醫囑定期治療

以下四點為大腸癌的防治重點：

- 一、良好的飲食習慣，香腸、臘肉、培根等加工肉品（煙燻、鹽漬或以亞硝酸鹽加工）與紅肉（豬、羊、牛），均已被證實會提高大腸癌發生率。建議改以魚肉、瘦雞肉等白肉來取代紅肉，菜餚多放菜蔬，以汆燙取代高溫油炸、燒烤，身體無負擔。

二、規律運動-不運動、肥胖，也是致癌的高風險因子，平日就需要養成定期運動的習慣，並注意體重控制。

三、定期篩檢-讓篩檢成為一種習慣！從 50 歲開始定期篩檢！

四、篩檢為陽性，請至醫院做進一步確診並定期追蹤。

四癌篩檢效益

項目	對象	頻率	效果
糞便潛血檢查	50至69歲	每1-2年 1次	降低大腸癌死亡率 15-33%
口腔檢查	35歲以上有菸酒習慣男性	每3年 1次	降低口腔癌死亡率 43%
乳房X光攝影	50至69歲婦女	每2-3年 1次	降低乳癌死亡率21-34%
子宮頸抹片	30歲以上女性	每年 1次	降低子宮頸癌發生率與死亡率60-90%

資料來源／國健署

製表／羅真、陳婕翎

■ 聯合報

↑ TOP

真相與闢謠

➤ 資料來源：衛生福利部國民健康署全球資訊網

◇ 網傳乳房 X 光攝影會增加罹患乳癌風險？

乳房 X 光攝影可用來偵測乳房的鈣化點或微小腫瘤，是目前最有效的乳癌篩檢工具；根據我國實證研究，大規模篩檢能降低 41% 的乳癌死亡風險，並減少 30% 的晚期乳癌發生率。而放射線的安全性取決於使用劑量、篩檢開始的年齡、篩檢頻率等。行政院原子能委員會資料顯示，單次乳房 X 光攝影檢查約接受 0.7 毫西弗劑量；美國保健物理學會 (Health Physics Society, HPS) 亦指出，每年人體接受低於 50 毫西弗劑量的輻射，並無明顯的致癌效應發生。此外，「輻射醫療曝露品質保證作業」要求醫院專業人員，執行常規的品質保證測試，以確保輻射醫療設備的輻射輸出品質；在放射診斷方面，可以「在合理的劑量下，得到最佳的診斷影像」，盡量減少民眾不必要的輻射曝露，因此無須過度恐慌。國民健康署補助 45 歲以上至未滿 70 歲的女性，以及 40 歲以上至未滿 45 歲具有乳癌家族史的女性，每兩年一次篩檢，呼籲女性朋友為了健康，請定期接受乳房 X 光攝影檢查。

◇ 亂丟菸蒂只會造成髒亂，不會汙染環境，是這樣嗎？

根據海洋保護協會統計，海洋垃圾裡最大宗的就是菸蒂，淨灘日收集到的垃圾中，每五樣就有一個菸蒂。

當菸蒂成為垃圾進入環境之後，便會污染土壤、水生環境。且菸蒂釋出的重金屬及環境賀爾蒙，會進入食物鏈循環，最後透過食物造成累積效應的影響。

對幼童來說，1-2 毫克的尼古丁將導致噁心和嘔吐，更高劑量則會有更廣泛的神經症狀。菸蒂含有神經毒素，有可能引發急性症狀，如噁心、嘔吐等；嚴重中毒者，可能產生抽搐、心律不整或呼吸困難。此外，若家中的寵物誤食菸蒂，則可能有生命危險。

◇ 年紀大了就可以不用做子宮頸抹片檢查？

NO! 年紀大了，還是要「定期」接受抹片檢查！

1. 由於癌症是慢性、漸進的細胞惡性病變，子宮頸細胞持續感染人類乳突病毒後，要經數年後，才可能演變成癌前病變或癌症。所以年紀大，已無性生活或停經者，仍須定期抹片檢查。
2. 子宮頸抹片檢查的目的，即是要找出癌前病變，給予適當治療後，阻斷癌症的發生。提醒很久沒做抹片檢查的您，至少每 3 年接受 1 次檢查。

◇ 為了要減重，兒童可以不吃早餐嗎？

當早餐沒吃時，往往在下一餐會因為餓過頭而無法控制食量，反而吃進更多東西，導致體重不減反增。因此，維持三頓正餐是體重控制的重要原則。

【可以這樣做】

1. 在選擇西式早餐時，注意避免油炸類的食物，例如炸雞塊、炸薯餅等，可以選擇現烤吐司或是三明治。

2. 如果是在豆漿店挑選早餐，要盡量避免油條、燒餅，以減少油脂與熱量的攝取。
3. 早餐可再搭配牛奶 1 杯（約 240mL）增加鈣質攝取，或是無糖豆漿 1 杯（約 190mL）或小瓶裝無糖或減糖的優酪乳（210mL），每天更換食用。

◇ 施打排卵藥物會有嚴重的副作用？

一般來說，排卵藥物並不常造成副作用，但仍會在少數人身上出現一些併發症，其中最嚴重的併發症就是「卵巢過度反應症候群」。基本上，大部份的卵巢過度反應會自然痊癒，但嚴重時需要住院觀察治療。假如沒有懷孕，卵巢過度反應症一般會在兩個禮拜後自動消失；假如有懷孕，卵巢過度反應則可能持續六星期之久。

另外，在使用排卵藥物的刺激之下，可能會造成多胞胎妊娠，其比率視病人年紀與對藥物反應的好壞而異。

網路謠言94瞎 讓專業的來解答

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC

1 塗麻油可以防蚊，要不要來試試看？

2 真的假的？你聽誰說？

3 我媽說的！
網路消息來源不明，不要相信！

4 找真相？
快上CDC闢謠專區！

↑ TOP