

壽山期刊

第 360 期
110 年 12 月 15 日

高雄郵局政風室編印

保健知識

不是越低越好！研究曝「膽固醇過低」恐增加失智機率

健康意識抬頭，不少人都視「膽固醇」為健康大敵，但過猶不及都 NG！秀傳紀念醫院神經內科主任邱百誼就提醒，近年失智人口不斷攀升，除了高齡化趨勢所致之外，根據研究發現，膽固醇過低也是原因之一，膽固醇過低恐增加罹患失智的機率；且「失智」不只一種，檢測力求準確，才能正確治療。

失智症和巴金森氏症難治癒，其中巴金森氏症三大症狀為：動作慢、肌肉僵硬和放鬆時不自主顫抖，後期更有三分之一會併發失智症。

邱百誼指出，阿茲海默症與巴金森氏症雖同屬大腦神經退化疾病，但病因和表現的特徵不同，阿茲海默症與大腦顳葉中的神經纖維糾結，或類澱粉蛋白攻擊大腦皮質和負責記憶的海馬迴，最先的症狀是記憶缺損、個性改變並容易迷路，後期才會有動作障礙。

但巴金森氏症與中腦的基底核無法製造足夠的神經傳導物質多巴胺有關，造成各種活動障礙，後期才會併發失智症。醫師強調，唯有了解病患的失智類型，才能夠給予最合適的醫療處方。

值得注意的是，邱百誼表示，近年研究發現，膽固醇過低會傷害大腦，增加失智的風險。因膽固醇為重要的脂質類分子，在身體中扮演一個非常重要且不可或缺的角色，它被用來保護細胞膜的強度及流動性，而且它是每個細胞製造細胞膜所需要的原料，同時也是神經髓鞘的主要成分，以及膽汁和荷爾蒙的原料，不只這樣，當陽光曬到皮膚，皮下的膽固醇也會變成維他命 D。

邱百誼強調，足夠的營養和維繫剛剛好的總膽固醇可降低罹患失智的機會，雖然低密度膽固醇過高與血管動脈硬化有關，但是膽固醇不是越低越好，太高或太低對身體都有不好的影響，建議總膽固醇指數維持在 160 到 220；低密度膽固醇維持在 80 到 140。（轉載自 2020/11/20/Yahoo 刊載匯流新聞網）

交通安全宣導

定檢？臨檢？總搞不清楚？！

監理機關常接獲民眾來電洽詢並抱怨，手邊收到的「車輛臨時檢驗通知單」是什麼？會有罰單嗎？一定要回監理所站驗車嗎？不理它會怎樣？為什麼會被召回臨檢？車子買來就這樣啊！又沒有改裝，怎可依據路人亂檢舉就如此擾民？！是否可以知道被誰檢舉？…等等。

高雄市區監理所在此特別說明，公路監理機關接獲檢舉案件經查屬實後，依據道路交通安全規則第 44 條第 6 項、第 45 條第 3 項規定，得於必要時，針對汽、機車實施臨時檢驗；另依道路交通管理處罰條例第 17 條規定：「汽車不依限期參加定期檢驗或臨時檢驗者，處汽車所有人新臺幣 900 元以上 1,800 元以下罰鍰；逾期一個月以上者並吊扣其牌照，至檢驗合格後發還，逾期六個月以上者，註銷其牌照」。因此，車主如有車輛接獲臨時檢驗通知單，建議可先針對其「應檢項目」，例如燈光、照後鏡、排氣管或擋泥板等車輛設備，盡速予以修復改善完成，於指定

之應檢期限內，就近至各公路監理機關完成檢驗即可。

高市所溫馨提醒，臨時檢驗非定期檢驗，因此無需繳交檢驗費用，但若是與定期檢驗、變更檢驗同時辦理時，則需繳交檢驗費；另外，臨檢僅能至全國各公路監理機關辦理，民間汽車代檢廠或機車行是無法受理的喔！請接獲通知的車主多花幾分鐘詳閱通知單上的注意事項，以免空跑一趟唷！（轉載自交通安全入口網站）

反詐騙宣導

網友不會幫你賺錢、請勿聽信網友投資

凡是在網路(FB、IG 等)上看到或網友傳來的投資邀約訊息(Line、簡訊)，標榜「保證獲利」、「沒有風險」、「穩賺不賠」都是詐騙，請勿輕易受騙。

詐騙手法：

1. 網路(FB、IG、Y2B)看到投資、輕鬆賺錢貼文，或在交友網站、交友軟體(APP)認識網友，網友慫恿投資，以掌握「平臺漏洞、後臺程式、取得內線消息」等話術，宣稱保證獲利、穩賺不賠且利潤豐厚。

2. 後續加 LINE 聯繫或加入 LINE 群組(如投資體驗群)，有自稱「老師、指導員、分析師、總監」的人教學投注(代操)，且群組內不斷有其他學員獲利貼文。

3. 初期帳面顯示獲利(小額獲利有些可以出金)，引誘您加碼投入大筆資金(甚至要您貸款投資)。

4. 當您加碼入金後，以各種理由(洗碼量不足、保證金、IP 異常等)不讓你出金，或是直接凍結帳號、對方失去聯繫，就是「不出金」。(轉載自內政部警政署 165 反詐騙網站)

安全維護

認清安全環境，提高敵情警覺

「猩猩好酒，獵人便在山下路邊擺放美酒，以此為誘餌捕猩猩，同時又在一旁放置許多草鞋，這些草鞋都用繩子串接在一起；猩猩很聰明，知道那是獵人設下的誘惑及陷阱。凡是下山的猩猩見到酒，均破口大罵獵人不仁，但終究抵擋不住酒的誘惑，領頭的猩猩向牠的夥伴提議：少嚐一點，謹慎一點，別喝多了；但是，眾猩猩早已按捺不住，先是小杯，後又端起大碗，邊喝邊罵獵人，越喝越饞，最後忘記了警惕、防範，醉後相互嬉戲，還把腳穿進草鞋。這時獵人見牠們一個個醉倒了，便上前把牠們全都捆綁起來，『無一得免焉，其後來者亦然』。猩猩不笨，牠們知道美酒是死亡陷阱，可是仍一步步地走下去。這是明朝劉元卿在《賢奕編》中一則耐人尋味的寓言；而馮夢龍在《醒世恆言》一書則稱此現象為「眼裡識得破，肚裡忍不過」。

近年來中共解放軍部隊呈跳躍式的成長，其藉由內陸的飛彈試射、提高海峽戰鬥巡弋、聯合防空演練、部署飛彈瞄準臺灣，以及編組艦隊在臺灣東部海域活動。在外交上，則要求美國中止對我軍售、中斷華美軍事交流以弱化國軍戰力等等。

「和、戰兩手策略」一向是中共慣用之手法，其目的除軟化國人意志、打擊我民心士氣、降低全民憂患意識與自信外，並圖藉由簽訂和平協議包裹其政治目的，使我方難有抵抗能力，企圖達到不戰而屈人之兵之終極目標。

在中共仍未承諾「放棄以武力犯臺」以及撤除飛彈的前提下，若臺灣心防稍有鬆懈，是否就落入了《賢奕編》中獵人(中共)所設下的陷阱呢？

宋朝尚書宋祁曾云：「據安而念危，則終不危；操治而慮亂，則終不亂」。因此我們應落實下列三項建議：

一、落實全民國防教育，建立全民安全警覺：

「全民國防」是政府本著綜合性安全的概念，使國家在遭受外來武力侵略、恐怖攻擊或內部遭遇天然災害時，均能運用相關資源，做為國家安全的後盾。要落實全民國

公務員若違反保密義務，除應負行政責任外，若因而導致人民權益受損時，更應負民事賠償責任，嚴重時更應受刑事責任。

公務員若違反保密義務，除應負行政責任外，若因而導致人民權益受損時，更應負民事賠償責任，嚴重時更應受刑事責任。

防，首先就必須讓民眾認清國家安全情勢，認同國軍建軍備戰作為，而「教育」則是最廉價的國防。

吾人須知「全民國防」理念，為有形與無形戰力的結合，其實踐則端賴教育的方式，才能齊一思想與目標，深化國人精神戰力，以凝聚「全民保防」之共識，進而參與國防事務，做到時時關心國防、支持國防。以美國「911事件」為例，即使貴為世界超級強國，當國家遭受重大危難時，仍需全國人民高度的支持與參與。

「全民國防教育法」已於94年經立法院三讀通過，並於同年2月2日頒布施行。在國防部與教育部合作下，我們樂見經由國防學術研究與社會教育體制聯結，爭取社會菁英及意見領袖的認同與支持，使全民國防理念能多軌紮根並廣泛深植人心。

二、深化全民情報觀念，強化即時反應能力：

各縣市後備軍人輔導中心在「全民防衛動員準備法」立法公布後，肩負「保國、保鄉、保家、保產」之重責，而在後備軍人輔導組織四大工作中的「安全」部分，其目的係在凝聚「全民國防」、「全民保防」及「全民情報」的共識下，平時藉由廣大社會群眾了解社會動態，協助地方治安進而提高社會安全警覺；戰時則負責全民情報以達成支援軍事作戰之目的，是以，透過後備軍人輔導組織建立「全民情報網」，實為掌握預警情資、深化全民情報，進而強化即時反應最便捷之方式。

三、提高政治安全警覺，確立敵我危機意識：

前高雄市因配合電影節，播放新疆人權運動領袖熱比婭紀錄片「愛的十個條件」，結果引起全市各大飯店陸客退房潮，令高雄市觀光業者叫苦連天；事後，中共國臺辦亦證實，陸客來臺抵制至高雄市消費住宿的現象確實為政治因素考量。顯見，中共「以商逼政」仍為其慣用手法。在兩岸經貿交流密切的今日，若我們仍天真以為經濟上依附大陸，其於軍事上絕不會武力相向，則就誤入《賢奕編》中獵人設下美酒的陷阱了。因此，對於大陸對我的任何政治性、經濟性事件，均應有高度敏銳之安全警覺，方能弭禍於無形。

（轉載自清流月刊）

法律櫥窗

契約書要詐，就是變造文書。

幾年前各種平面媒體都以大篇幅報導，電子媒體跟著更以聲光畫面配合，輪番熱炒一則惡「二房東」坑年輕房客的新聞。新聞主角是一位居住在新北市的張姓中年女子，對外自稱是「律師」，她專門在新北市的板橋、新莊、中和等地區向人承租大型房屋，尤其是一些閒置的透天厝。其中，有一部分是以對她負有大額債務的黃姓友人名義向人承租，租下以後花些小錢將房屋加以間隔裝潢，成為小房間、小套房。大房東如果追問緣由，則誣稱是因開公司，業務需要開闢展示室或供工作人員居住作為搪塞，以種種不同理由騙過大房東而不致為將房屋違約「轉租」。一棟在中和區連城路的三樓透天厝被她租下後，便被隔成十二間套房，連屋頂都加蓋成違建的套房，間隔完成後便在各租屋網站登出「雅房」出租廣告，吸引見識不廣的青年租屋族群與思想單純的年輕學生上鉤。

專吸房客身上「血」、欺善怕惡的張女對於上門求租的對象，也會作一番篩選，一些身上刺龍刺鳳者上門，就不敢對他們吭聲，或者在租約上動手腳來施詐。碰到她認為一些可以「吃得夠夠」、入世未深的年輕族群或者是青青學子，便自詡出租的雅房種種優點以及租金便宜，來誘使他們與她簽約承租。一旦對方同意承租，她便拿出未經裝訂的租約要承租人簽名，那些

毫無社會經驗的年輕人怎知簽訂租約要在租約頁與頁之間的騎縫處簽名或蓋章，防止惡房東施詐，任意抽換與添加不利房客的條件。也不知道應該要索取一份相同的租約供自己留底存查，便貿然在租約上簽名。張女在取得租約以後，一旦對方未照約定條件履行或任意退租，她深知對方手中沒有掌握任何事證，便在自己握有的租約上打混，添加有利於自己的條件，對方如不照她的意思行事，便以手中擁有的租約可以提起刑事或民事訴訟來恫嚇，要求對方賠償四個月租金或十萬元的違約金不等。一些從未到過法院的學生與他們的家長，聽到要到法院打官司人就軟了半截，不願多作計較就認賠了事。對方舉動若不如她的意，她使用手中擁有已經動過手腳的租約書作為證據，提起刑事的告訴或民事訴訟。歷經二年多，她曾對四十八名租屋者提出刑事告訴，皆被檢察官作出不起訴處分，沒有一件成立犯罪；但民事部分卻被她打贏不少官司，還準備要上電視炫耀自己在一年內告贏二十九名房客的民事訴訟戰績。

沒想到張女的一連串異於尋常、濫告他人刑事的惡行，被新北地檢署的一位林姓主任檢察官盯上，密令刑事警察局進行偵查。就在張女要上電視炫耀戰績的前一日，刑事警察局進行收網，對張女及有關人等進行拘提偵訊，並搜獲一大箱的租賃契約。目前已查出張女以這種方式出租的房屋多達四十餘間，這位以「二房東」租屋牟利的張女惡行，在檢警單位密集的偵查下，有些其所犯之案件已被定讞，張女並已入監服刑，這裡不去談它，只談談民事上的租賃契約該如何簽訂？以及在租約上動手腳的刑事責任？以免再有人跌入陷阱卻不自知！

租約，只是一種簡稱，全名應是「租賃契約」，是民事上各式各樣眾多契約中的一種，也是「債」的發生原因之一，契約的成立，依民法第一百五十三條第一項規定：「當事人互相表示意思一致者，無論其為明示或默示，契約即為成立。」同條第二項又明定：「當事人對於必要之點，意思一致，而對於非必要之點，未經表示意思者，推定其契約為成立，關於該非必要之點，當事人意思不一致時，法院應依其事件之性質定之。」契約成立後，在契約上應享有權利的人稱為債權人，應盡義務的人稱為債務人，權利義務如果發生爭議經過訴訟，為法院判決確定後，債務人倘仍不履行契約義務，債權人可用法院判決為執行名義，聲請法院對債務人為強制執行，強迫債務人履行。所以，簽訂契約並非兒戲，必須一字一句仔細推敲，不可「馬虎」從事，事後再行爭執反悔，可能徒勞無功！

張女出租房屋既與承租人議定，使用書面契約，則書面契約中任何文字的更改或或者增減，都必須經過契約雙方當事人的同意，不是單獨的一方可以任意竄改，為了防止他方在契約上塗改或增減，當事人必須慎重地在增減的文字之處蓋章或簽名，在有更改的字行上方空白處簽名蓋章註明這一行中有更改的字數。契約不只是單頁，更應在頁與頁的连接處蓋上騎縫章或簽名，然後各執一紙為憑。凡此層層加註，無非是使契約保持真實性，防止契約的另一方任意添加塗改。一旦鬧上法庭，細心製作的契約書，便會讓動過手腳的契約書現出原形，使對方背上變造私文書的罪名。

一份契約書的製作，每一字每一句都必須經過雙方當事人的同意，單獨一方對契約內容並無製作權，如果擅自更動，達到足以生損害公眾於他人的程度，便觸犯了刑法第二百一十條的變造私文書罪，要處五年以下有期徒刑，刑責並不算輕。所以簽訂契約不是一樁小事，千萬不可未經對方同意便對契約書的內容塗塗改改，引來刑責上身！（轉載自法務部全球資訊網）