



2022 年 10 月

健康与安全公告——网络犯罪预防

加州发展服务部

此公告是否对
您有用?

点击此处。

网络犯罪预防

互联网是在线交流的绝佳方式，但它也可能很危险。就像出门前一样，上网前也应该采取预防措施，确保自身和信息安全，以免成为网络犯罪的受害者。

如何确保上网安全

什么是网络犯罪？

网络犯罪是指通过互联网对他人实施的犯罪行为。当某人的个人信息或金钱被盗时，就发生网络犯罪。很多人不知道自己何时遭遇了网络犯罪，因此了解如何识别网络犯罪的方法至关重要——这既能预防犯罪，又能及时寻求援助并阻止再次发生。

互联网是一个公共空间

- 人们可以看到您访问的网站，有时还可以看到您输入的信息。
- 您在互联网上分享的任何信息都可能被其他人看到。
- 除非出于正当的商业原因（例如银行业务），否则在互联网上分享个人信息（例如社会安全号码、银行账户信息和医疗信息）时务必非常谨慎。
- 商店和餐厅提供的免费公共 Wi-Fi 网络使用时务必谨慎。
- 虽然使用公共 Wi-Fi 很方便，但往往缺乏安全性。这意味着您的个人信息（例如您的银行账户用户名和密码）可能会被其他人看到或窃取。



定期检查隐私设置

- 隐私设置允许您选择要分享哪些信息以及谁可以看到您的信息。
 - 在社交媒体（如面书或 Instagram）上，您可以使用隐私设置来控制与他人分享哪些信息。
- 在手机上为不同的应用程序设置隐私设置，以限制与应用程序共享的内容（例如共享您的位置或资料权限）。
- 请确保您已将在线账户的隐私设置设为需要密码才能访问。
 - 双重认证是指每次您登录在线帐户（例如银行或信用卡公司）时，都会收到包含特殊代码的短信、电话或电子邮件。这有助于确保确实是您本人登录您的帐户。
 - 为在线账户设置双重认证是个好主意。



健康与安全公告由加州发展服务部发布，旨在提醒个人、家庭及其他相关群体关注社区中已识别的特定风险。请通过以下调查提供您对本公告的意见反映，以及我们可以改进的方面：[公告调查](#)

为在线账户使用强密码

- 请确保密码强度足够，并记得定期更改密码。这将保护您的在线账户。
- 强密码至少包含 8 个字符，并且包含大小写字母、符号和数字的组合。密码越长越安全。
 - **弱密码示例：**
password、YourName、12345
 - **安全密码示例：**
8blu3Car\$dr1vinG,
1&n%00Xb#, Y3!!oWfL0w3rs
- 避免使用容易猜到的密码，例如您的生日或姓名。
- 您的每个账户都应该有独特的密码。
- 不要把密码清单写在纸上随意放置，尤其不要放在电脑附近。
- 密码应该只与您认识和信任的人分享，并且应该保存在安全的地方。

警惕病毒和恶意软件

- 恶意软件是一种对电脑有害的软件。病毒是一种恶意软件。
 - 病毒和恶意软件未经您的许可进入计算机系统并“感染”它。
 - 病毒和恶意软件会窃取您的信息，降低计算机运行速度甚至导致计算机崩溃，或者完全控制您的计算机。
- 当您点击链接或打开被病毒或恶意软件感染的电子邮件时，病毒和恶意软件就会进入您的计算机。
 - 点击任何提供奖品或免费物品的链接前务必谨慎。
 - 这些看起来像是游戏、屏幕保护程序或下载内容，但实际上可能是恶意软件或病毒。

点击前请三思

- 注意您收到的电子邮件和短信的发送者。
 - 检查他们的电子邮件地址，看看是否与您已有的他们的电子邮件地址一致。
- 如果发件人催促您立即回复，或者让您觉得好像出了什么危机，比如您的银行账户出了问题，您一定要格外小心。这类短信很可能很可能是骗局。
- 网络钓鱼是一种网络骗局，它利用看起来很真实的虚假信息诱骗人们泄露个人信息。
 - 在回复短信之前，请检查发件人是否陌生、是否存在拼写或语法错误、链接是否与消息内容不符、是否存在随机附件以及是否要求您快速采取行动。
- 不要打开不认识的附件或点击不认识的链接。这些可能是假的，会导致病毒安装，从而损害您的电脑或手机，或窃取您的更多信息。
 - 当您收到带有链接或附件的意外电子邮件时，请务必与发件人（通过电话或短信）确认是否是他们发送的。
- 国税局只会通过美国邮政寄送通知。不要回复任何声称来自国税局的电话、电子邮件或短信。



健康与安全公告由加州发展服务部发布，旨在提醒个人、家庭及其他相关群体关注社区中已识别的特定风险。请通过以下调查提供您对本公告的意见反映，以及我们可以改进的方面：[公告调查](#)

知道您的邮件或短信发送对象是谁

- 请记住，网络上的人可能并非他们自称的那个人。
- 永远不要向陌生人或从未见过面的人分享个人信息或发送自己的照片。
- 永远不要给刚认识不久或从未见过面的人汇款。
- 在您将社会安全号码或任何账号输入在线表格或网站之前，请务必确认索要信息的发送者确实是他们所声称的那个人。
 - 将光标悬停在发件人姓名或链接上，检查电子邮件地址，确保邮件发送至正确的商家。

Please email leslie.morrison@dds.ca.gov if you have any questions.



mailto:leslie.morrison@dds.ca.gov
Click or tap to follow link.

Please click [here](#) to access the DDS Wellness Toolkit or go to <https://www.dds.ca.gov/consumers/wellness-toolkit/>.

Original URL:
<https://www.dds.ca.gov/consumers/wellness-toolkit/>
Click or tap to follow link.

- 人们可以复制徽标，使电子邮件看起来和听起来都很真实，因此请仔细检查电子邮件，看看是否有拼写错误、奇怪的内容或模糊的图像。
- 如果您不确定发件人是否真实，请通过您的在线账户联系该公司或组织，或直接致电他们。

如果您不幸成为网络犯罪的受害者，该怎么办？

- 立即告诉一位您信任的人。
- 如果犯罪行为涉及访问您的个人账户，请立即致电您的银行或信用卡公司并告知他们。立即停止使用任何已被盗的借记卡或信用卡。
- 如果您的任何帐户或登录信息遭到攻击，请更改密码。
- 密切关注您的账户是否有异常活动。



健康与安全公告由加州发展服务部发布，旨在提醒个人、家庭及其他相关群体关注社区中已识别的特定风险。请通过以下调查提供您对本公告的意见反映，以及我们可以改进的方面：[公告调查](#)