



„Doktor Google & Co“ Gesundheitsinformationen im Internet



**Wie kann man „gute“ von „schlechten“
Ergebnissen unterscheiden?**

&

**Wo finden Sie verlässliche
Gesundheitsinformationen
im Internet?**

Die Internetsuche kann **Fluch** und **Segen** zugleich sein!

Segen weil:

- + **vielfältig**
- + **schnell und zeitunabhängig verfügbar**
- + **kostenfrei**
- + **als Text - Bild – Video – zum Hören**
- + **.....**

Fluch weil:

- **falsch, ungenau, irreführend**
- **oft auf Konsum und Kauf abzielend**
- **Angst schürend**
- **nur mit Aufwand auf Richtigkeit prüfbar**
- **.....**

Weshalb ist die Suche nach Gesundheitsinformationen im Netz nicht immer hilfreich?

- **Notwendige Arztbesuche könnten zu spät erfolgen, und Ihr Gesundheitszustand kann sich verschlechtern**
- **Es könnten unwirksame, falsche oder gar schädliche Behandlungsmethoden ausprobiert werden**
- **Falsche Informationen machen Angst und belasten unnötig**

Was können Seiten mit guten Gesundheitsinformationen grundsätzlich nicht leisten?

- Eine richtige Diagnose lässt sich nicht alleine mit einem Computer/Smartphone herausfinden
- Sie können den Kontakt mit einer Ärztin/einem Arzt nicht ersetzen

Seiten mit vertrauenswürdigen Gesundheitsinformationen können helfen, ...

- ... sich auf einen Arztbesuch vorzubereiten und Fragen zu stellen
- ... eine von einer Ärztin/einem Arzt festgestellte Krankheit besser zu verstehen
- ... sich zwischen mehreren Untersuchungs- und Behandlungsmethoden, die Ihnen von einer Ärztin/einem Arzt vorgeschlagen werden, zu entscheiden

Überlegungen vor der Suche im Internet

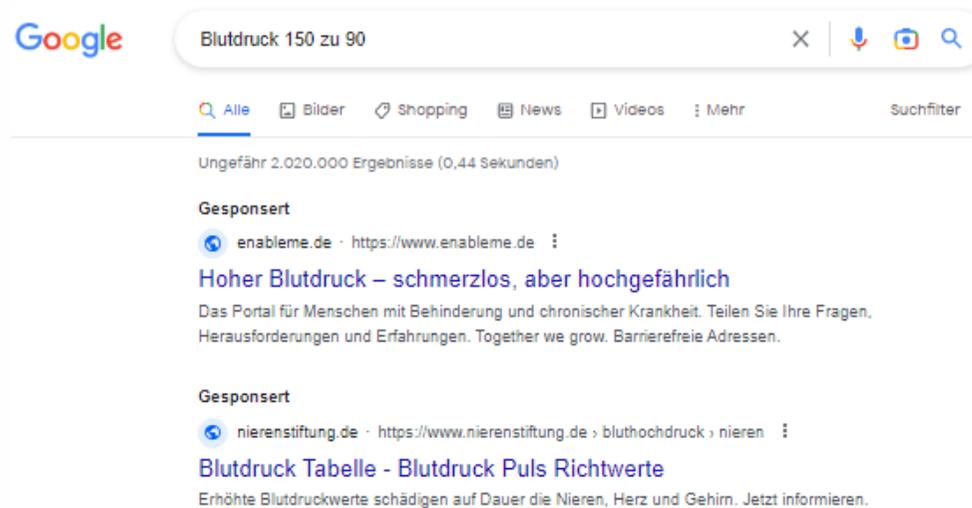
Was will ich genau suchen?

- **Notieren Sie die Suchbegriffe, nach denen Sie suchen möchten**

Medizinisches Wissen ist nicht immer nützlich – manche Informationen können Sie auch belasten!

- **Manchmal ist es besser, nicht alles zu wissen**
- **Überlegen Sie vorher, was Sie herausfinden möchten - und was nicht**

**Helga misst Ihren Blutdruck.
Ihren Wert von 150 zu 90 kann sie nicht einordnen und
tippt den Wert in eine Google-Suchanfrage.**



...und erhält über 2 Millionen Ergebnisse.

Was nun?

Welche Seite ist jetzt die „Richtige“?

Ist das erste Ergebnis das Beste?

Ist das Ergebnis mit Bildern das Beste?

Was tun?

Wichtige Punkte zu Suchergebnissen:

- **Reihenfolge der Ergebnisse sagt nichts über Qualität oder Verlässlichkeit aus**
- **Erste Treffer sind häufig gekauft, um Sie zum Kauf von Produkten zu bewegen**
- **Schauen Sie sich besser mehr als 10 Treffer an!**

Vorsicht, wenn ...

- ... von „Heilung“ ohne Nebenwirkung oder Risiken gesprochen wird
- ... direkt ein passendes Produkt angepriesen wird
- ... direkt an ein Kaufangebot weitergeleitet wird
- ... eine 100% Wirkungs- oder Heilungsgarantie versprochen wird

Von wem ist die Seite?

- **Angaben unter „Impressum“, „Wir über uns“ oder „Kontakt“**
- **Hersteller von Produkten oder Dienstleistungen sind meist nicht neutral (Ausnahme können Mediziner und Hersteller von Medikamenten und Hilfsmitteln sein)**
- **Qualifikation der Autorinnen/Autoren ist offen angegeben**

Was sind die Motive und Ziele der Seite? Gute Seiten ...

- ... sind werbefrei und es werden keine Markennamen genannt
- ... drängen Sie nicht zu einem Produkt oder einer Untersuchungs-/Behandlungsmethode
- ... stellen mehrere Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten zur konkreten Krankheit vor und beschreiben die jeweiligen Vor- und Nachteile

Wie ist der Inhalt der Seite aufgebaut? Gute Seiten...

- ... erstellen keine Diagnosen aufgrund von eingegebenen Symptomen
- ... nennen Nebenwirkungen der Behandlungsmöglichkeiten
- ... zeigen auf, wie eine Erkrankung ohne Behandlung verläuft

Wie ist der Inhalt der Seite dargestellt? Gute Seiten ...

- ... erklären Fachbegriffe
- ... vermeiden Begriffe wie „Schulmedizin“, „ganzheitliche Medizin“ oder „natürliche Medizin“
- ... beschreiben, was in der Forschung noch unsicher oder unbekannt ist
- ... stellen dar, für welche Behandlungen Kosten entstehen, die Sie selbst tragen müssen

Wie verlässlich sind die Inhalte der Seite? Gute Seiten ...

- ... lassen Fachleute, aber auch Betroffene zu Wort kommen
- ... belegen Nutzen und Risiken von Untersuchungs- oder Behandlungsmethoden durch verlässliche wissenschaftliche Quellen und Zahlen
- ... geben die fachliche Qualifikation der Autorinnen/Autoren an – mehrere Autoren sind ein Hinweis auf Neutralität
- ... sind aktuell, und das Erstellungsdatum ist erkennbar

Auf was Sie noch achten sollten! Gute Seiten...

- ... verweisen mit Links auf weiterführende Angebote und Hilfen, wie z.B. andere Internetseiten, Literatur, Selbsthilfe-Organisationen und medizinische Fachgesellschaften
- ... geben verständlich an, wie mit Ihren persönlichen Daten umgegangen wird
- ... weisen immer darauf hin, dass ihre Informationen einen evtl. notwendigen Arztbesuch nicht ersetzen können

Auf was Sie noch achten sollten! Internetforen...

- ... bieten Raum zum Austausch, sind aber in der Regel keine zuverlässige Informationsquelle
- Angaben in solchen Foren sind subjektiv und werden nicht auf Richtigkeit und Qualität geprüft
- Menschen mit schlechten Absichten können sich in Foren als Patientin oder Patient tarnen
- ..., die von qualifizierten Autorinnen/Autoren begleitet werden, bieten Sicherheit

Auf was Sie noch achten sollten!

- **Überlegen Sie sich gut, wie viel Sie über Ihren Gesundheitszustand mitteilen möchten – besonders in Verbindung mit der Eingabe Ihres Namens**
- **Ihre Krankengeschichte oder Unterlagen sollten Sie niemals im Internet oder per E-Mail an Unbekannte weitergeben**

Wo finden Sie positive Beispielseiten?

- **Auf den Seiten des Gesundheitsministeriums:**
 - [Startseite | Gesundheitsinformation.de](#)
 - [gesund.bund.de | Informationen für Ihre Gesundheit](#)

- **Auf den Seiten der Kassenärzte:**
 - [KBV – Gesundheitsinfos](#)

- **Auf den Seiten der medizinischen Fachgesellschaften:**
 - [Die wissenschaftlich-medizinischen Fachgesellschaften bilden die Basis der AWMF | Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V.](#)

**... weitere Infos in den „Silver Tipps – Mit Freude online!“
ein Projekt der Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest**

[Wann ein Arztbesuch sinnvoller ist als eine Google-Suche \(silver-tipps.de\)](http://silver-tipps.de)

... und bei der BKK Pfalz

[Qualifizierte Gesundheitsinfos im Internet | BKK Pfalz](#)

Und zu guter Letzt:

**Ob ein Blutdruck von 150 zu 90 bedenklich ist,
kann Ihnen nur einer beantworten:**

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt!

Haben Sie Fragen?

Autor: Andreas Lenz
alenz@bkkpfalz.de