

Wie erkenne ich vertrauenswürdige Gesundheitsinformationen?

Formales

- 1. Keine Werbung.** Eine vertrauenswürdige Gesundheitsinformation wirbt nicht für bestimmte Medikamente oder Produkte. Wichtig: Ob eine Herstellerfirma hinter den Informationen auf einer Webseite oder in einer Broschüre steht, sollte im Impressum stehen.
- 2. Autoren-Angaben statt Anonymität.** Wer hat die Information geschrieben? Hat diese Person die nötige Ausbildung dafür (z.B. Medizinstudium)? Gibt es Kontaktmöglichkeiten per Telefon oder Email? Antworten auf diese Fragen sollten Sie im Impressum finden oder bei Webseiten unter Menüpunkten wie „Kontakt“ oder „Über uns“.
- 3. Datum der letzten Aktualisierung.** Ist die Information veraltet? Wann wurde sie geschrieben bzw. zuletzt aktualisiert? Möglicherweise gibt es mittlerweile neuere Studien, die zu einer anderen Einschätzung führen.
- 4. Wissenschaftliche Quellenangaben.** Sind Angaben zu Nutzen, Wirkung oder Risiken einer Behandlung durch wissenschaftliche Quellen belegt? Informationen sollten nicht auf einer ausgesuchten Einzelstudie beruhen, sondern möglichst auf allen bisherigen Studienergebnissen.
- 5. Neutrale, nicht-wertende Sprache.** Macht Ihnen der Inhalt Angst? Haben Sie den Eindruck, beeinflusst zu werden? Dann dürfen Sie gerne misstrauisch werden! Versprechungen wie „100%-ige Wirkungsgarantie“ sind nicht glaubwürdig. Vorsicht ist auch geboten, wenn andere Therapiemöglichkeiten schlecht gemacht werden.
- 6. Ansprechen von Nachteilen.** Jede wirksame Behandlung, so harmlos sie auch erscheinen mag, hat gewisse Risiken und kann Nebenwirkungen hervorrufen. Diese sollten nicht verschwiegen werden. Manchmal wiegen die Risiken schwerer als der mögliche Nutzen.
- 7. Nennung anderer Behandlungen.** Es gibt fast immer mehr als eine Behandlungsmöglichkeit. Sie alle sollten genannt werden. Es ist auch wichtig zu wissen, welcher Fall eintreten kann, wenn eine Behandlung unterlassen wird.
- 8. Ist die Behandlung spürbar?** Kann sie Beschwerden im Alltag deutlich bessern? Senkt sie das Risiko für schwere Erkrankungen oder den frühzeitigen Tod? Wenig aussagekräftig ist, wenn eine Behandlung nur Werte verbessern kann, die man selbst nicht spürt (z.B. Cholesterinspiegel oder Blutdruck).
- 9. Konkrete Zahlen & Vergleich.** Es soll in Zahlen beschrieben werden, wie gut eine Behandlung wirkt – beispielsweise, wie viele Menschen im Vergleich zu einer anderen Behandlung oder zu gar keiner Behandlung profitieren.
- 10. Wie gut ist die Forschungslage gesichert?** Für viele Therapien oder Untersuchungsmethoden gibt es keine ausreichenden Belege für die Wirksamkeit, weil sie nicht oder kaum erforscht sind. Darauf sollte deutlich hingewiesen werden.

Inhalt

Quellen zum Nachlesen:

- www.patienten-information.de/kurzinformationen/gesundheits Themen-im-internet
- www.discern.de

Qualitätssiegel für Webseiten



Die Organisation AFGIS (www.afgis.de) vergibt ein Gütesiegel für Online-Gesundheitsinformationen. Webseiten mit diesem Siegel geben beispielsweise an, wie sie finanziert werden, wer die Informationen darauf schreibt und wer für sie verantwortlich ist. AFGIS überprüft jedoch nicht, ob die Inhalte selbst richtig sind. Durch einen Klick auf das Siegel können Sie überprüfen, ob es gültig ist.

Vertrauenswürdige Webseiten

Folgende Webseiten zum Thema Gesundheit befolgen die zehn Punkte für vertrauenswürdige Gesundheitsinformationen. Sie sind unabhängig und berücksichtigen ausschließlich die aktuelle wissenschaftliche Studienlage.



Behauptungen aus Werbung, Medien und Internet unter der Lupe
Universität für Weiterbildung Krems, Department für Evidenzbasierte Medizin und Evaluation



Objektive Informationen zu vielen Krankheiten
IQWiG (Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen) Deutschland



Informationen zu ärztlichen Leistungen, die nicht von den Krankenkassen (in Deutschland) gezahlt werden
Medizinische Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen e.V., Deutschland



Unabhängige Informationen rund um Krebs und Vorsorge
Deutsches Krebsforschungszentrum



Nutzen & Risiken medizinischer Behandlungen in Zahlen
*Dachverband der Sozialversicherungsträger
Max Planck Institut für Bildungsforschung (Deutschland)*



Kurzinformationen und Checklisten für PatientInnen
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (Deutschland)



Objektive und transparente Informationen zu Gesundheitsfragen
Verband der privaten Krankenversicherung e.V. (Deutschland)

Autor: Bernd Kerschner, Julia Harlfinger, Jana Meixner. Department für Evidenzbasierte Medizin und Evaluation, Universität für Weiterbildung Krems. Redaktion Medizin-transparent.at
Kontakt: bernd.kerschner@donau-uni.ac.at
Version: 5. Oktober 2022