

Gesundheitsinformationen

Auszug aus dem Digital Kompass – Anleitung 8 – Gesundheitsinformationen im Netz – kompetent nutzen von Stefanie Brandt

1. Recherche im Internet

Viele Menschen informieren sich online zu Themen wie Ernährung, Krankheitssymptomen, Fitness oder Behandlungsmethoden - **doch wie sucht man eigentlich richtig?**

- **Suche über Google** – Beschwerde, Krankheit u.ä. eingeben, so konkret wie möglich
- Eine oft lange Liste mit Ergebnissen erscheint
- **Seriöse Seite aussuchen unter Beachtung von:**
 - Passendes Portal auswählen, z. B. spezialisierte Webseiten für bestimmte Krankheiten
 - Urheber prüfen, z. B. Blick ins Impressum
 - Qualitätssiegel
 - Mehrere Quellen heranziehen, um zu vergleichen, ob die Informationen glaubwürdig sind.
 - Ausgewogenheit der Informationen, Information zu Risiken und Nebenwirkungen
 - Belege für Informationen, Angabe von Studien, Quellen usw.
 - Aktualität der Informationen, wie alt ist die Seite, die Information
 - Vorsicht vor Werbung, ist der Verfasser unabhängig?
 - Allgemeiner Eindruck, Seriosität eines Angebots, Übersichtlichkeit, Rechtschreibfehler, werden Angst und Panik geschürt – Finger weg!
 - **Kein Arzt-Ersatz, wenn Beschwerden stärker werden oder länger anhalten, sollte man deshalb unbedingt zum Arzt gehen**

Internetseiten mit Gesundheitsinformationen

Ohne Anspruch auf Rang und Vollständigkeit seien die folgenden Seiten genannt:

- www.patienten-information.de
- www.frauengesundheitsportal.de
- www.maennergesundheitsportal.de
- www.gesundheitsinformation.de *
- www.gesundheit.nrw.de

Folgende Portale sind werbefinanziert:

- www.apotheken-umschau.de
- www.onmeda.de
- www.netdokter.de *

Über die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV):

- Informationen zu Erkrankungen und Medikamenten erhalten Sie hier: www.kbv.de/html/gesundheitsinfos.php
- Vorsorgetipps, z.B. über die wichtigsten Früherkennungsuntersuchungen gibt es hier: www.kbv.de/html/gesundheitsvorsorge.php

Internetseiten mit speziellen Gesundheitsinformationen (Auswahl)

Befunde verstehen:

- www.washabich.de : Medizinstudenten übersetzen kostenlos Befunde in eine für Patienten leicht verständliche Sprache. „Der Patient von heute will seine Erkrankung verstehen und möchte an der Entscheidung über seine Behandlung teilhaben“¹.

Aufklärung und Prävention:

- www.bzga.de : Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist – wie der Name schon sagt - als Fachbehörde des Bundesgesundheitsministeriums für umfassende gesundheitliche Aufklärung zuständig. Viele Informationen und weitere Verlinkungen.

Über Impfungen und Infektionskrankheiten:

- www.rki.de : Das Robert-Koch-Institut informiert über Infektionskrankheiten und empfohlene Impfungen. Es hat den Auftrag des Infektionsschutzes und plant, koordiniert und vollzieht die Gesundheitsberichterstattung des Bundes.

Internetseiten zu Erkrankungen

Beispiele

Ohne Anspruch auf Rang und Vollständigkeit seien die folgenden Seiten genannt:

- Deutsche Krebshilfe: www.krebshilfe.de
- Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums: www.krebsinformationsdienst.de
- Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe: www.schlaganfall-hilfe.de
- Deutsche Depressionshilfe: www.deutsche-depressionshilfe.de
- Augenerkrankungen: www.glaukom.de ; www.makuladegeneration.org
- Demenz: www.wegweiser-demenz.de
- Deutscher Schwerhörigenbund e.V.: www.schwerhoerigen-netz.de
- Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.: www.dbsv.org

Arzt und Krankenhaus – Suche und Bewertung

Suchdiensten für Ärzte in den einzelnen Regionen:

www.bundesaerztekammer.de/service/arztsuche/ *

Krankenhaussuche für Ihre Behandlung: www.deutsches-krankenhaus-verzeichnis.de/ *

Arzt und Krankenhaus – Suche und Bewertung – Gesamtnote beachten!

- www.arzt-auskunft.de
- www.docinsider.de
- www.weisse-liste.de

Weitere Informationen und Quellen

- Gesundheitsbildung für Jedermann: www.patienten-universitaet.de
- Angebote zum Thema Bewegung im Alter: www.aelter-werden-in-balance.de
- Gesundheitsthemen auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene: www.gesund-aktiv-aelterwerden.de/start/ *
- Hier können Menschen den Nutzen von individuellen Gesundheitsleistungen (also den Untersuchungen, die selbst bezahlt werden müssen) nachlesen: www.igel-monitor.de *