

# 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](http://www.patienten-information.de)
- [www.frauengesundheitsportal.de](http://www.frauengesundheitsportal.de)
- [www.maennergesundheitsportal.de](http://www.maennergesundheitsportal.de)
- [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de) \*
- [www.gesundheit.nrw.de](http://www.gesundheit.nrw.de)

Folgende Portale sind werbefinanziert:

- [www.apotheken-umschau.de](http://www.apotheken-umschau.de)
- [www.onmeda.de](http://www.onmeda.de)
- [www.netdokter.de](http://www.netdokter.de) \*

Über die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV):

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

## Internetseiten mit speziellen Gesundheitsinformationen (Auswahl)

### Befunde verstehen:

- [www.washabich.de](http://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“<sup>1</sup>.

### Aufklärung und Prävention:

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

## Arzt und Krankenhaus – Suche und Bewertung

Suchdiensten für Ärzte in den einzelnen Regionen:

[www.bundesaerztekammer.de/service/arztsuche/](http://www.bundesaerztekammer.de/service/arztsuche/) \*

Krankenhaussuche für Ihre Behandlung: [www.deutsches-krankenhaus-verzeichnis.de/](http://www.deutsches-krankenhaus-verzeichnis.de/) \*

## Arzt und Krankenhaus – Suche und Bewertung – Gesamtnote beachten!

- [www.arzt-auskunft.de](http://www.arzt-auskunft.de)
- [www.docinsider.de](http://www.docinsider.de)
- [www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de)

## Weitere Informationen und Quellen

- Gesundheitsbildung für Jedermann: [www.patienten-universitaet.de](http://www.patienten-universitaet.de)
- Angebote zum Thema Bewegung im Alter: [www.aelter-werden-in-balance.de](http://www.aelter-werden-in-balance.de)
- Gesundheitsthemen auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene: [www.gesund-aktiv-aelterwerden.de/start/](http://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](http://www.igel-monitor.de) \*