

# 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/gesundheit-allgemein/gesundheitsthemen-im-internet](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/gesundheit-allgemein/gesundheitsthemen-im-internet)
- [www.discern.de](http://www.discern.de)

## Qualitätssiegel für Webseiten



Die Organisationen HON ([www.hon.ch](http://www.hon.ch)) und AFGIS ([www.afgis.de](http://www.afgis.de)) vergeben Gütesiegel für Online-Gesundheitsinformationen. Webseiten mit diesen Siegeln geben beispielsweise an, wie sie finanziert werden, wer die Informationen darauf schreibt und wer für sie verantwortlich ist. Sie überprüfen jedoch nicht, ob die Inhalte selbst richtig sind. Durch einen Klick auf das Siegel können Sie überprüfen, ob sie gültig sind.

## 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  
*Donau-Universität Krems, Department für Evidenzbasierte Medizin*



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 konkreten Zahlen  
*Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger  
Max Planck Institut für Bildungsforschung (Deutschland)*



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



App für vertrauenswürdige Gesundheitsinformation, fasst Inhalte mehrerer Anbieter zusammen (derzeit Medizin-transparent.at sowie Gesundheitsinformation.de)  
*Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger*

Autor: Bernd Kerschner, Julia Harlfinger. Department für Evidenzbasierte Medizin, Donau-Universität Krems. Redaktion Medizin-transparent.at

Kontakt: [bernd.kerschner@donau-uni.ac.at](mailto:bernd.kerschner@donau-uni.ac.at), [julia.harlfinger@donau-uni.ac.at](mailto:julia.harlfinger@donau-uni.ac.at)

Version: 12. Juni 2018