


Frag doch schnell Dr. Google – ist doch sicher, oder?

Gesundheitsserie der AOK BW

 Katharina Ochs
AOK Mittlerer Oberrhein

 Kommunale Gesundheitskonferenz
Landkreis Karlsruhe, 04.12.2024

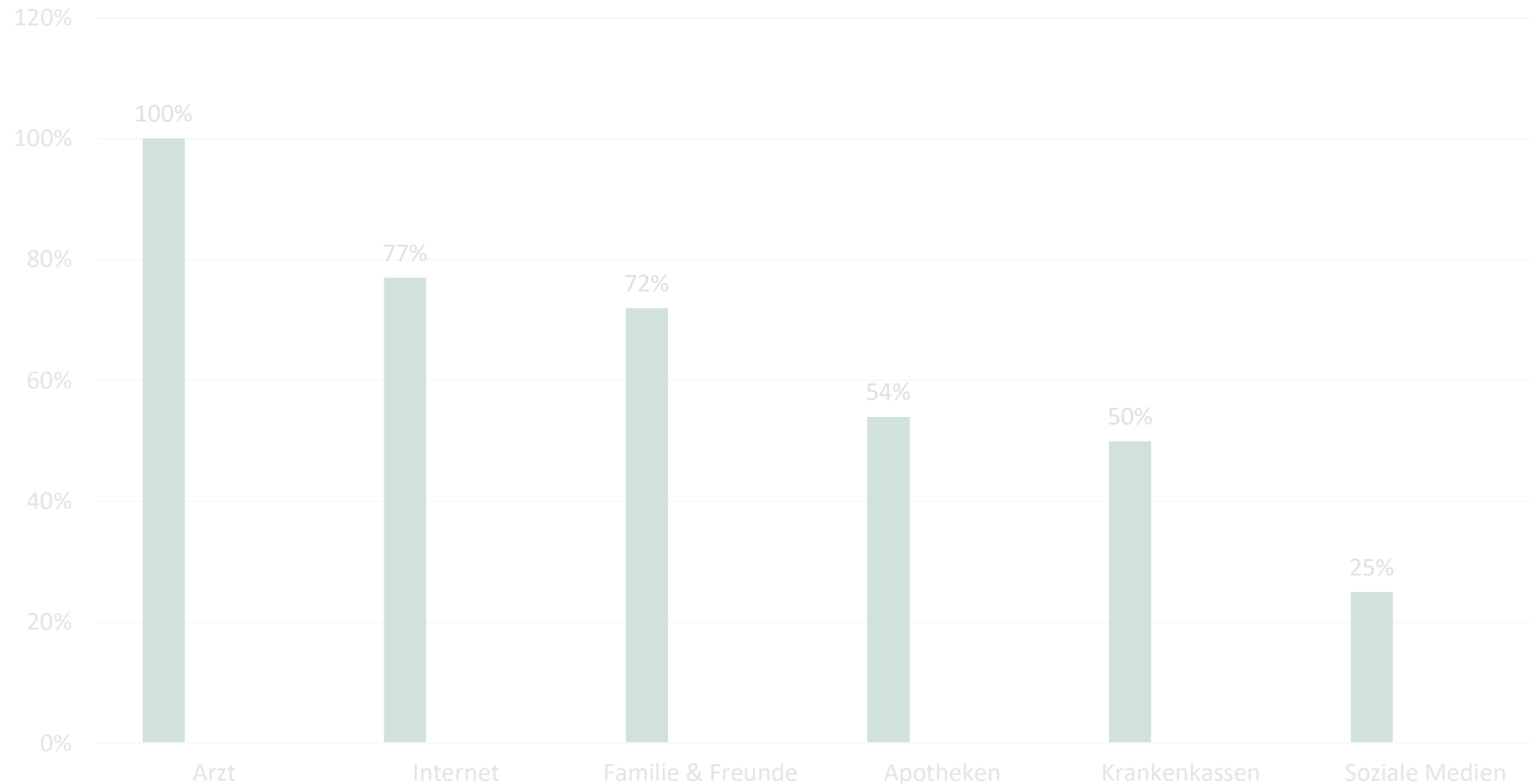
Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Wie informiere ich mich richtig?

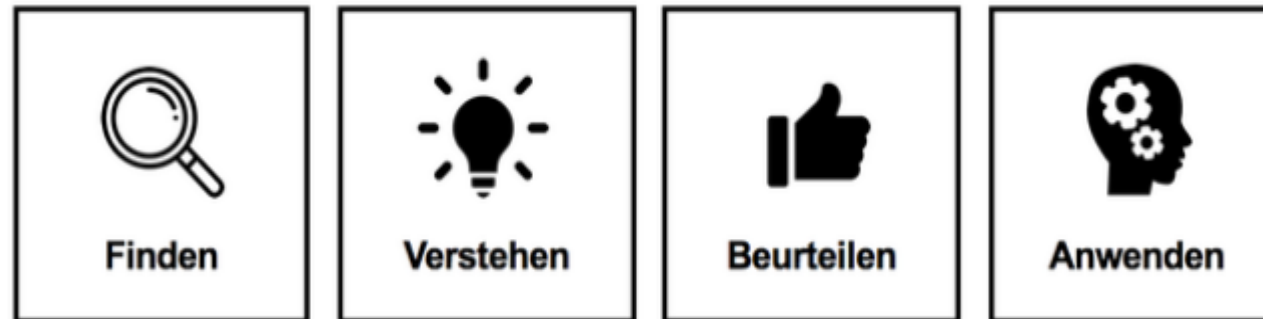
Dann geht es Ihnen wie
ca. 65 % der Deutschen

Wie beschaffen sich die Deutschen Informationen

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

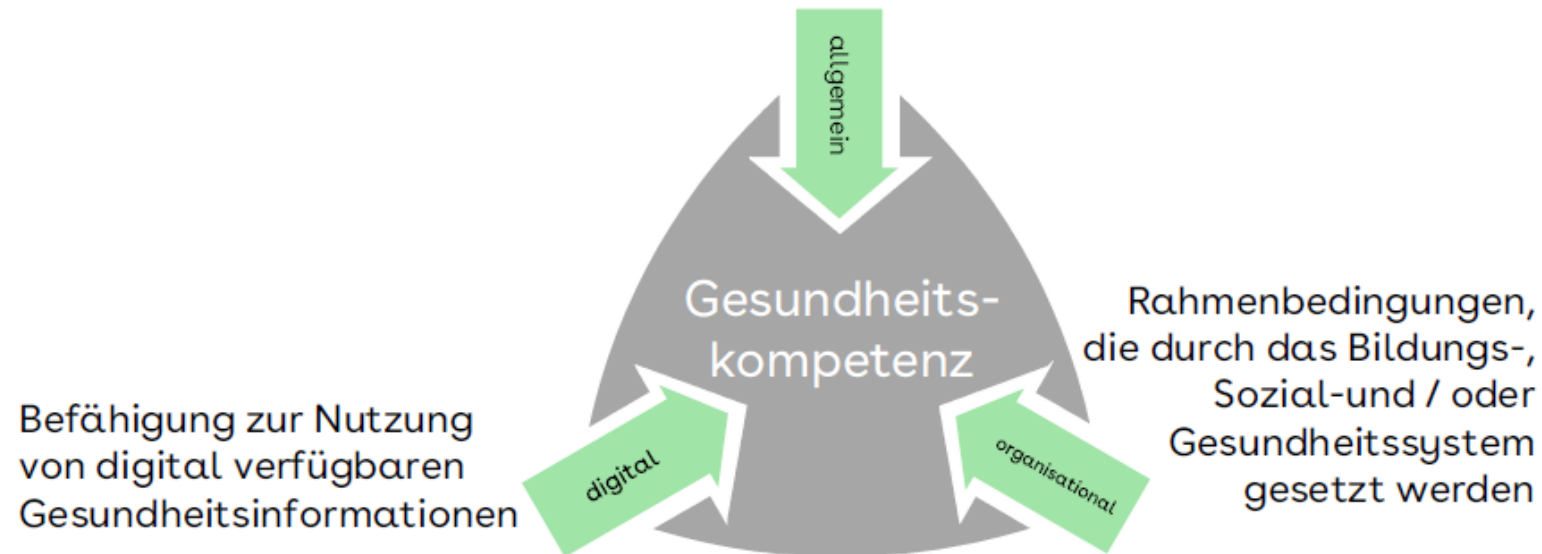


Gesundheitskompetenz ist das Wissen und die Fähigkeit, Gesundheitsinformationen zu



Dreiklang der Gesundheitskompetenz

Wissen, Motivation und Fähigkeit,
gesundheitsrelevante Informationen ausfindig zu
machen, zu verstehen, zu beurteilen und zu nutzen



Folgen fehlender Gesundheitskompetenz

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



58,8 %
geringe Gesundheitskompetenz

Quelle: Universität Bielefeld 2023

- Geringe Gesundheitskompetenz geht häufig mit riskantem Verhalten einher.
- Menschen mit geringer Gesundheitskompetenz nutzen weniger Präventionsangebote und Früherkennungsuntersuchungen.
- Krankheiten werden oft erst spät diagnostiziert.
- Menschen mit geringer Gesundheitskompetenz verfügen über schlechtere physische und psychische Gesundheit.
- Mangelnde Therapietreue
- Häufigere Arzt- und Krankenhausbesuche

Quelle: AOK-Bundesverband

Folgen fehlender Gesundheitskompetenz

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



Folgen für das Gesundheitswesen

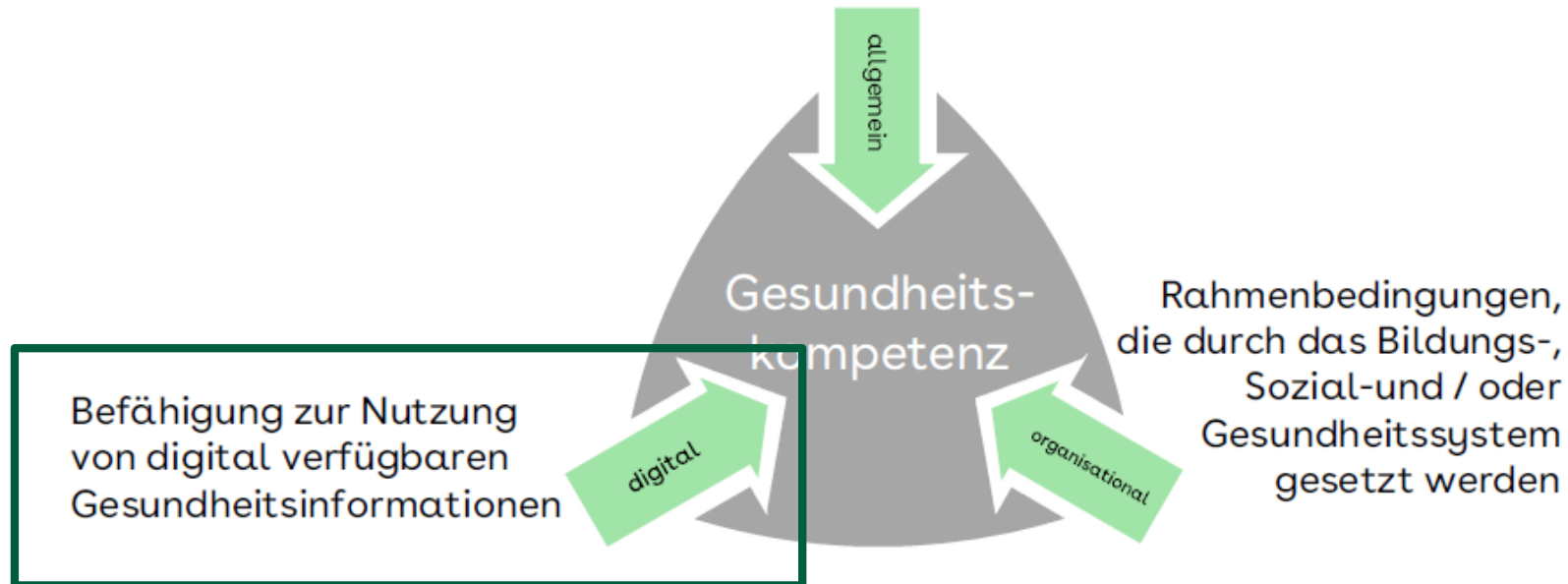
€ 10–17 Milliarden Euro/Jahr

an zusätzlichen Gesundheitskosten sind zurückführbar auf unzureichende Gesundheitskompetenz in Deutschland.

Quelle: AOK-Bundesverband

Dreiklang der Gesundheitskompetenz

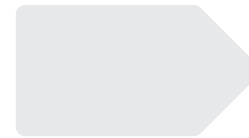
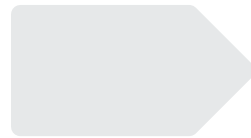
Wissen, Motivation und Fähigkeit,
gesundheitsrelevante Informationen ausfindig zu
machen, zu verstehen, zu beurteilen und zu nutzen



Wunde Punkte der digitalen Gesundheitskompetenz

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Hauptprobleme bei der digitalen Gesundheitskompetenz ¹



Die gesuchten Informationen finden:
für **59 % (sehr) schwierig**

Die gefundenen Informationen verstehen:
für **48 % (sehr) schwierig**

Die Vertrauenswürdigkeit beurteilen:
für **83 % (sehr) schwierig**

¹ Quelle: Stiftung Gesundheitswissen 2022

Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



Was sind denn
gute und **verlässliche**
Gesundheitsinformationen?

Wo oder wie finde ich diese?



Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Im Netz finden Sie eine riesige Menge an unterschiedlichen Gesundheitsinformationen.
Welcher Information würden Sie trauen? Welche Aussage ist Ihrer Meinung nach verlässlich?

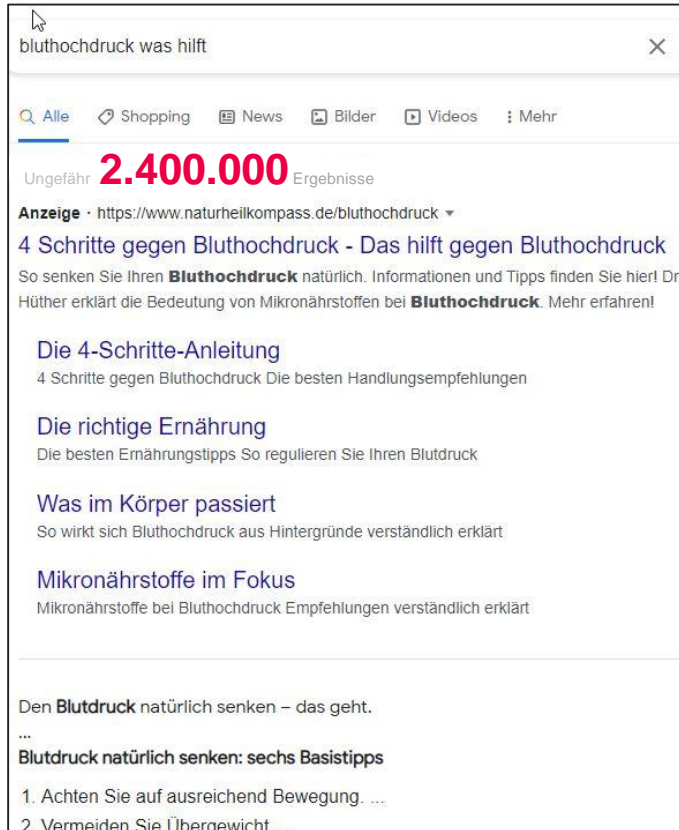
- Das erste Suchergebnis ist immer die beste Informationsquelle!
- Der Beitrag mit der interessantesten Schlagzeile enthält die neusten Erkenntnisse.
- Ein Forenbeitrag enthält die verschiedenen Ansichten und ist daher eine fundierte Informationsquelle.

FAZIT

Keine Aussage ist korrekt!

Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



TIPP

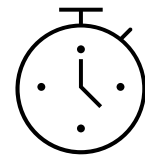
Wissen Sie, wie man hier die richtige Antwort findet?

Welcher Link gibt mir die richtigen Informationen?

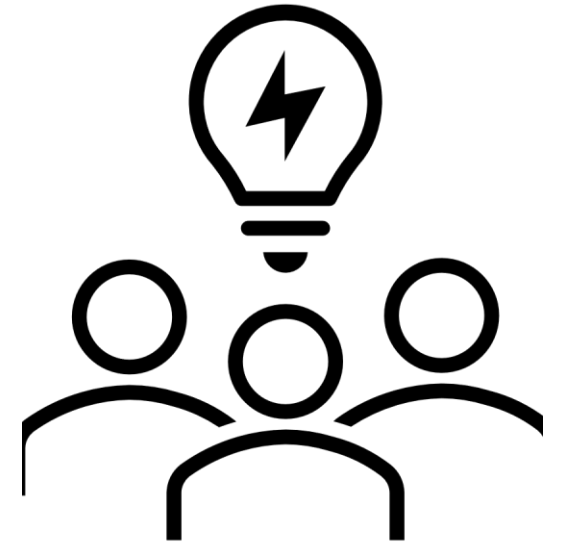
Arbeitsauftrag

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

- 3 Gruppen à 3 Personen
- Erarbeiten Sie die Merkmale guter Gesundheitsinformationen
 - 1) **Verlässlichkeit**
 - „Welchen Informationen kann ich vertrauen?“
 - 2) **Unabhängigkeit**
 - „Woher stammen die Informationen?“
 - 3) **Neutralität**
 - „Welche Informationen sind neutral?“
- Welche Verknüpfungspunkte haben Sie?



10 Minuten



Verlässlichkeit

Welchen Informationen kann ich vertrauen?

Verlässlichkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Hinweise auf Verlässlichkeit einer Website:

- Quellenangaben
- Erstellungs- oder Überprüfungsdatum der Information
- Angaben zur **Herausgeberin bzw. zum Herausgeber** der Website
- Informationen über die **Autorinnen und Autoren**




Verlässlichkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



gesundheitsinformation.de

Big... https://www.neuro... AOK Mein Leben ... Neuer AOK-Gesund... AOK-Faktenbox Rö... Gesundheitsinform...




Weißer Hautkrebs

Weißer Hautkrebs ist viel häufiger als schwarzer, aber nur selten bedrohlich. Er entwickelt sich vor allem am Kopf, Hals oder Dekolleté. Diese Hautkrebsform wächst sehr langsam und lässt sich meist vollständig entfernen. Wir informieren über Anzeichen, Früherkennung und Behandlung.

> Weiterlesen

gi Über uns

Wir möchten Sie dabei unterstützen, gut informierte Entscheidungen zu treffen! Mit unserem vielfältigen Themenangebot beantworten wir die wichtigsten Gesundheitsfragen verständlich und vertrauenswürdig. Dies soll Ihnen dabei helfen, das Wissen auch im Alltag anzuwenden. Unsere Informationen können das Gespräch mit Ärztinnen und Ärzten unterstützen, aber nicht ersetzen.



Nicht immer ist der/die Autor/-in oder Verfasser/-in auf den ersten Blick erkennbar.

Unter der Rubrik „**Über uns**“ oder „**Wer sind wir**“ findet man auch den/die Autor/-in.

Das IQWiG

Das IQWiG ist ein unabhängiges wissenschaftliches Institut, das aus der gesetzlichen Krankenversicherung finanziert wird. Zu unseren gesetzlich festgelegten Aufträgen gehört es, Behandlungen und Untersuchungen zu bewerten. Mit gesundheitsinformation.de bieten wir Bürgerinnen und Bürgern unabhängige, kostenlose und werbefreie Antworten auf häufige Gesundheitsfragen an.

Wie wir arbeiten

Wir erstellen unsere Texte, Grafiken und Filme nach internationalen Qualitätsstandards. Ein Team von Fachleuten aus Wissenschaft, Medizin und Redaktion bezieht dabei sowohl verlässliche Studien als auch Fragen von Patientinnen und Patienten ein. Das gi-Team sorgt dafür, dass die Inhalte von gesundheitsinformation.de verständlich, vollständig und aktuell sind.

Verlässlichkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



gesundheitsinformation.de/weisser-hautkrebs.html

... https://www.neuro... AOK Mein Leben -... Neuer AOK-Gesund... AOK-Faktenbox Rö... Gesundheitsinform...

- Einleitung
- Symptome
- Ursachen und Risikofaktoren
- Häufigkeit
- Verlauf
- Diagnose
- Früherkennung
- Vorbeugung
- Behandlung
- Weitere Informationen >
- Quellen

Weitere Informationen

Das Plattenepithelkarzinom der Haut und seine Vorstufe – die sogenannte aktinische Keratose – sind seit Anfang 2015 als Berufskrankheit anerkannt. Denn wer sich durch seine Arbeit viel draußen aufhält und dadurch häufig UV-Strahlung ausgesetzt ist, hat ein erhöhtes Risiko, an dieser Form des weißen Hautkrebses zu erkranken.

Das Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) gibt Hinweise für Nutzerinnen und Nutzer von Solarien.

Die Hausarztpraxis ist meist die erste Anlaufstelle, wenn man krank ist oder bei einem Gesundheitsproblem ärztlichen Rat braucht. In unserem Thema „Gesundheitsversorgung in Deutschland“ informieren wir darüber, wie man die richtige Praxis findet – und mithilfe unserer Frageliste möchten wir dabei helfen, sich auf den Arztbesuch vorzubereiten.

Quellen

Seite kommentieren Seite drucken

Ihre Meinung ist uns wichtig! Weißer Hautkrebs

gi Aktualisiert am 04. Mai 2022
Nächste geplante Aktualisierung: 2025

Herausgeber:
Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im
Gesundheitswesen (IQWiG)

[So arbeiten wir](#) ⓘ [Über das Institut und das Team](#) ⓘ

Ein Erstellungsdatum zeigt, wie aktuell diese Informationen sind und ob sie regelmäßig aktualisiert werden. Nicht aktualisierte Informationen können veraltet sein.

Verlässlichkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



gesundheitsinformation.de/weisser-hautkrebs.html#Weitere-Informationen

Big... https://www.neuro... AOK Mein Leben -... Neuer AOK-Gesund... AOK-Faktenbox Rö... Gesundheitsinform...

Einleitung	
Symptome	
Ursachen und Risikofaktoren	
Häufigkeit	
Verlauf	
Diagnose	
Früherkennung	
Vorbeugung	
Behandlung	
Weitere Informationen	
Quellen	Quellen Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF), Deutsche Krebsgesellschaft (DKG), Deutsche Krebshilfe (DKH). S3-Leitlinie Prävention von Hautkrebs . AWMF-Registernr.: 032-052OL. 2021. Bundesamt für Strahlenschutz (Bfs). Optische Strahlung: Hinweise für Solariennutzer . 2022. Dellavalle R. Skin cancer, moles, and actinic keratosis. In: Williams H, Bigby M, Herxheimer A et al (Ed). Evidence-based dermatology. London: BMJ Books; 2014. S. 223-319. Deutsche Krebsgesellschaft (DKG), Deutsche Krebshilfe (DKH), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF). Aktinische Keratose und Plattenepithelkarzinom der Haut (S3-Leitlinie) . AWMF-Registernr.: 032-022OL. 2020. Gemeinsamer Bundesausschuss (G-BA). Hautkrebscreening . Zusammenfassende Dokumentation des Unterausschusses „Prävention“ des Gemeinsamen Bundesausschusses. 2008. Robert Koch-Institut (RKI), Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland (GEKID). Krebs in Deutschland für 2017/2018 . 2021.

Durch Anklicken der Quellen öffnet sich das Fenster und man kann sehen, woher die Informationen kommen.

Verlässlichkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



The screenshot shows a web browser displaying a page about skin cancer. A box highlights the 'Angaben gemäß § 5 Telemediengesetz' (Impressum) section, which includes the following information:

Angaben gemäß § 5 Telemediengesetz
Stiftung für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen, rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts
Verwaltungsanschrift: p.A. Gemeinsamer Bundesausschuss, Gutenbergstraße 13, 10623 Berlin
Kontaktadresse:
Im Mediapark 8
50670 Köln
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer (USt.-IdNr.): DE294294672

Vertretungsberechtigt:
Prof. Dr. med. Jürgen Windeler (Institutsleiter)
Priv.-Doz. Dr. med. Stefan Lange (Stellvertretender Institutsleiter)
Jeweils zwei der vom Stiftungsrat gewählten Vorstandsmitglieder (gemäß § 12 Abs. 1 Stiftungssatzung)

Tel: +49 (0)221 35685-0
Fax: +49 (0)221 35685-1
E-Mail: info@iqwig.de

Die Stiftung ist Trägerin des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG).

The footer of the website includes:

- Über uns: Das IQWiG, Gesundheitsinformation, Die Struktur unserer Inhalte, Wie wir arbeiten, Häufig gestellte Fragen, Impressum
- Service: Newsletter, Newsfeed einbinden, Kontakt, Datenschutz, Broschüren, Glossar
- IQWiG logo and text: Gesundheitsinformation.de ist eine Website des IQWiG. Es gehört zum gesetzlichen Auftrag des IQWiG, allgemeinverständliche Gesundheitsinformationen für alle Bürgerinnen und Bürger zur Verfügung zu stellen.
- Logo of the German Health Insurance Association (GKV) and text: Wir befolgen den HONcode-Standard für vertrauenswürdige Gesundheitsinformationen. > Überprüfen Sie dies hier.

Impressum ist Pflichtangabe:

- Herausgeber/-in der Seite
- Muss leicht erkennbar sein
- Vorsicht, wenn das Impressum fehlt oder versteckt ist!

Unabhängigkeit

Woher stammen meine Informationen?

Unabhängigkeit

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

- Websites mit Gesundheitsinformationen sollten neutrale Auskünfte geben
- Wird die Seite von bestimmten Interessengruppen finanziert oder von bestimmten Absichten der Autorinnen bzw. Autoren oder Herausgeberinnen bzw. Herausgebern gelenkt, kann die Neutralität eingeschränkt sein
- Transparenz darüber, welche Ziele die Seite verfolgt
- Werbung für Medikamente oder Medizinprodukte kann ein Hinweis auf Verkaufsinteressen sein
- Nicht immer sind die Interessen der Seitenanbieter deutlich erkennbar

BLUTHOCHDRUCK (HYPERTONIE)

Bluthochdruck (Hypertonie)

Überblick Mehr Wissen Extras

Einleitung >

Symptome

Ursachen und Risikofaktoren

Folgen

Diagnose

Früherkennung

Behandlung

Weitere Informationen

Quellen

Einleitung



Viele Menschen haben einen erhöhten Blutdruck (Hypertonie). Normalerweise spüren sie ihn nicht – mit der Folge, dass er über Jahre hinweg die Gefäße belastet. Ein dauerhaft erhöhter Blutdruck kann Herzinfarkte, Schlaganfälle und Nierenschäden begünstigen. Dabei gilt: Je höher der Blutdruck, desto größer das Erkrankungsrisiko.

Bei der Blutdruckmessung unterscheidet man zwei Werte, die stets zusammen angegeben werden, zum Beispiel 128 zu 85. Der erste Wert gibt den Druck in den Gefäßen an, wenn sich das Herz zusammenzieht (systolischer Blutdruck). Der zweite misst den Gefäßdruck, wenn der Herzmuskel erschlafft (diastolischer Blutdruck).

Der Blutdruck gilt als erhöht, wenn der systolische Wert über 140 liegt, der diastolische über 90 – oder wenn beide Werte erhöht sind. Die Grenzwerte wurden aus praktischen Gründen festgelegt und sind nur ein Anhaltspunkt. Deshalb gibt es auch unterschiedliche Empfehlungen, ab wann ein Bluthochdruck mit Medikamenten behandelt werden sollte.

<https://www.gesundheitsinformation.de/bluthochdruck-hypertonie.html>

E-Mail-Adresse

Passwort

[Anmelden](#)[Registrieren](#)

Ihr Warenkorb ist noch leer.

[WARENKORB ZEIGEN](#)[ZUR KASSE](#)[SUCHE](#)[Gesundheit Konstitution](#)[Gesundheit Bewegungsapparat](#)[Gesundheit Organe](#)[Präparate](#)[Kontakt](#)[Warenkorb](#)[Über Uns](#)[Lexikon](#)[Startseite](#) > [Gesundheit Organe](#) > [Herz & Blutkreislauf](#) > [Calxan](#)

Blutdruck natürlich senken

- ⊙ Gefäßplaque abbauen
- ⊙ Blutdruck normalisieren
- ⊙ Blutdrucksenker rein pflanzlich

An Bluthochdruck (Hypertonie) leidet fast jeder zweite Deutsche. Die mit Bluthochdruck einhergehende Arterienverkalkung (Arteriosklerose) ist eine Veränderung der Gefäßwände, an der mit zunehmendem Alter immer mehr Menschen leiden und die schwerwiegende, gesundheitliche Folgen hat. Bluthochdruck ist tückisch, am Anfang gibt es kaum Symptome. Leichte Kopfschmerzen, Sehstörungen oder Leistungsabfall lassen meistens nicht auf Bluthochdruck schließen, sind aber die häufigsten Indikatoren. Schäden an den Herzgefäßen, Nierenprobleme, oder gar ein Hirninfarkt sind häufig die Folgen von Bluthochdruck, wenn er über die Jahre unbehandelt bleibt. Ein hoher Cholesterinspiegel kann ebenso ein Anzeichen von einem erhöhten Blutdruck sein.

Die Symptome werden häufig ignoriert und nicht behandelt

Lieferung auf Rechnung



Widerruf, Geld-zurück-Garantie

Bestellungen ab 100 €
versandkostenfrei**60 Kapseln 46,80 €**[HIER BESTELLEN](#)

Sparen Sie!
Vorteilspreise für Calxan

2 Stück

120 Kapseln

45,10 € pro Pkg.

Ihr Vorteil: **3,40 €**

zzgl. 4,80 Versand

[HIER BESTELLEN](#)

Neutralität

Welche Informationen sind neutral?

Neutralität

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Ein verlässliches, umfassendes Informationsangebot

- gibt einen Überblick über die diagnostischen oder therapeutischen Möglichkeiten.
- bietet eine sachliche Darstellung.
- verbreitet keine angstmachenden Botschaften.
- gibt keine Empfehlungen.

Auch wenn der Fokus auf einer bestimmten Behandlung liegt, sollten andere verfügbare Optionen zumindest genannt werden.

Einleitung

Symptome

Ursachen und Risikofaktoren

Folgen

Diagnose

Früherkennung

Behandlung >

Weitere Informationen

Quellen

Behandlung

Wer einen erhöhten Blutdruck hat, kann selbst einiges tun, um ihn zu senken. Manche Menschen bekommen ihren Blutdruck in den Griff, indem sie

- [etwas abnehmen](#),
- sich salzärmer ernähren und
- sich mehr bewegen.

Wenn das nicht gelingt, lässt sich der Blutdruck durch Medikamente senken. Bevor man sich aber für eine Behandlung mit Blutdrucksenkern entscheidet, lohnt es sich, die Vor- und Nachteile abzuwägen. Denn ihr Nutzen ist nicht für jeden gleich, und sie können Nebenwirkungen haben.

Mehr Wissen

[Den Blutdruck ohne Medikamente senken](#)

[Mit welchen Medikamenten wird Bluthochdruck behandelt?](#)

[Wann sind Medikamente gegen hohen Blutdruck sinnvoll?](#)

[Tipps für eine salzarme Ernährung](#)

[Coronavirus: Worauf achten bei Bluthochdruck?](#)

Weitere Informationen

Die Hausarztpraxis ist meist die erste Anlaufstelle, wenn man krank ist oder bei einem Gesundheitsproblem ärztlichen Rat braucht. Wir informieren darüber, wie man die richtige Praxis findet, wie man sich [am besten auf den Arztbesuch vorbereitet](#) und was dabei wichtig ist.

- Sachliche Darstellung
- Überblick über diagnostische und therapeutische Angebote
- Keine Produktempfehlungen

Vertiefende Informationen

Welche Informationen sind noch wichtig?

Vertiefende Informationen – Gütesiegel

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



Websites, die ein Gütesiegel tragen, haben eine Prüfung nach klar definierten Kriterien durchlaufen.

Qualitätssiegel für Gesundheitsinformationen gibt es z. B. von afgis und HON.

Kriterien:

- Transparenz der Websites
- Autorinnen bzw. Autoren und Informationsquellen
- Sponsoring und Werbung als Finanzierung deutlich gekennzeichnet
- Texte von qualifizierten Fachleuten verfasst
- Interessensneutralität

utkrebs.html#Weitere-Informationen

n Leben -... Neuer AOK-Gesund... AOK-Faktenbox Rö... Gesundheitsinform...

Wie wir unsere Texte erarbeiten und aktuell halten, beschreiben wir ausführlich in unserer [Verhaltensrichtlinie](#).

ofaktoren

Seite kommentieren Seite drucken

Ihre Meinung ist uns wichtig! Weißer Hautkrebs

gi Aktualisiert am 04. Mai 2022
Nächste geplante Aktualisierung: 2025

Herausgeber:
Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

[So arbeiten wir](#) [Über das Institut und das Team](#)

nen

So halten wir Sie auf dem Laufenden
Folgen Sie uns auf [Twitter](#) oder abonnieren Sie unseren [Newsletter](#) oder [Newsfeed](#). Auf [YouTube](#) finden Sie unsere wachsende Videosammlung.

drucken

Seite empfehlen

Service

Newsletter
Newsfeed einbinden
Kontakt
Datenschutz
Broschüren
Glossar

IQWiG

Gesundheitsinformation.de ist eine Website des IQWiG. Es gehört zum gesetzlichen Auftrag des IQWiG, allgemeinverständliche Gesundheitsinformationen für alle Bürgerinnen und Bürger zur Verfügung zu stellen.

HON
Health OnLine
Zertifiziert

Wir befolgen den HON vertrauenswürdige Ge...
> Überprüfen Sie dies

Vertiefende Informationen - Gütesiegel

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



Gütesiegel für Internetseiten mit Patienteninformationen

- HON (Health on Net) , afgis e.V.
- Vergabe für einen Zeitraum von 1 bis 2 Jahren



Gesundheitsinformationen vs. Arztgespräch

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

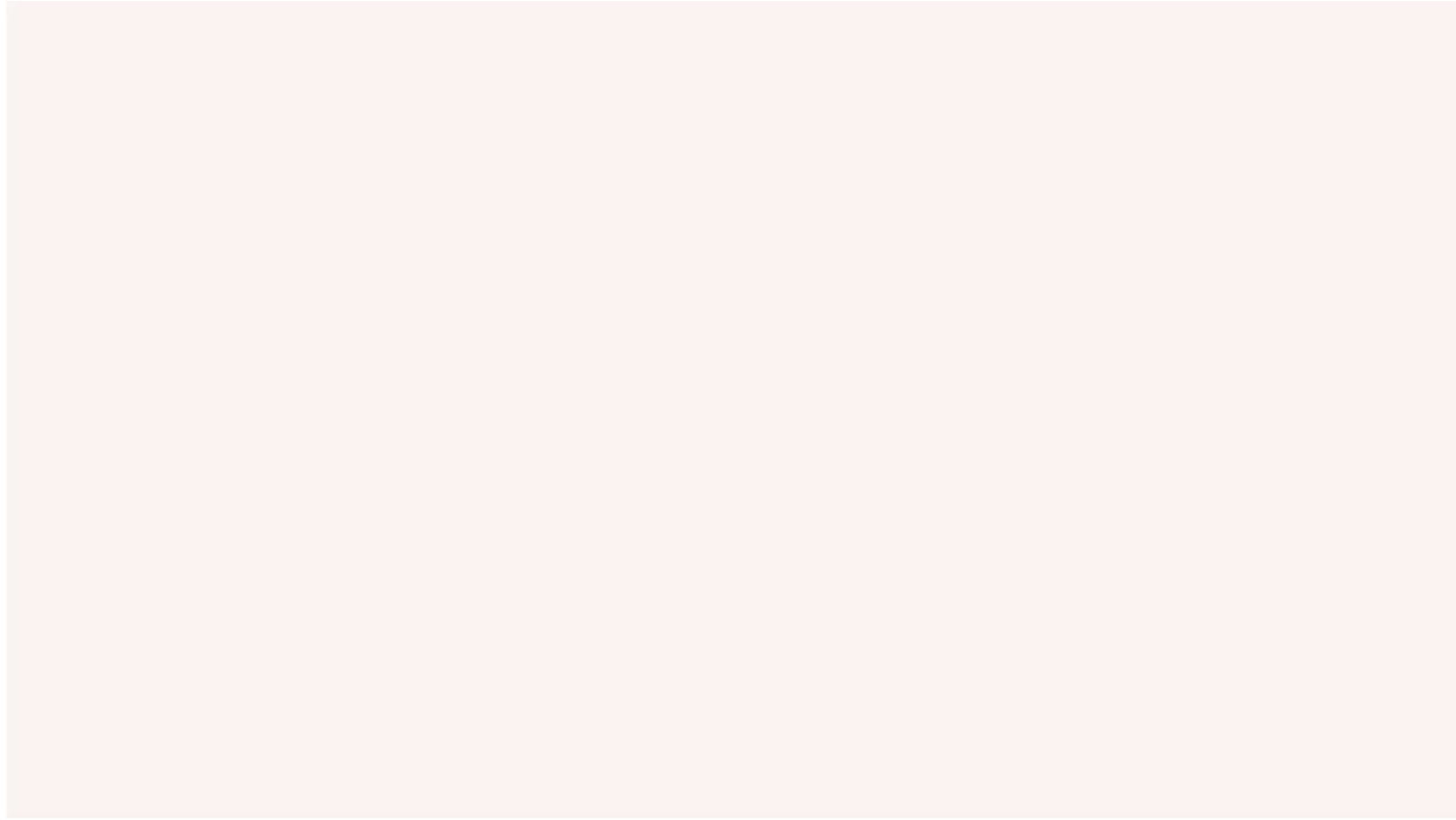
Die digitale Gesundheitskompetenz soll Sie dazu befähigen,

- ein gesünderes Leben zu führen,
- nach verlässlichen Informationen in Bezug auf Behandlung, Krankheit und Prävention zu suchen,
- Expertin bzw. Experte für Ihre eigene Gesundheit zu werden,
- Verantwortung für Ihre Gesundheit zu übernehmen und
- Gespräche mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt auf Augenhöhe zu führen.



Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet



Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Merkmale



Vertiefende Informationen

- Nutzen und Schaden erklärt
- Aussagen durch Studien belegt
- Erklärung laienverständlich
- Wirkung von Behandlung beschrieben
- Gütesiegel

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Merkmale



Vertiefende Informationen

- Nutzen und Schaden erklärt
- Aussagen durch Studien belegt
- Erklärung laienverständlich
- Wirkung von Behandlung beschrieben
- Gütesiegel

Neutralität

- Überblick über diagnostische und therapeutische Möglichkeiten
- Sachliche Darstellung
- Keine Empfehlung
- Alle Optionen einer Behandlung genannt

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Merkmale



Verlässlichkeit

- Impressum
- Quellen geben Information über Autorin bzw. Autor
- Erstellungs- und Aktualisierungsdatum

Vertiefende Informationen

- Nutzen und Schaden erklärt
- Aussagen durch Studien belegt
- Erklärung laienverständlich
- Wirkung von Behandlung beschrieben
- Gütesiegel

Neutralität

- Überblick über diagnostische und therapeutische Möglichkeiten
- Sachliche Darstellung
- Keine Empfehlung
- Alle Optionen einer Behandlung genannt

Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet

Merkmale

Unabhängigkeit

- Neutrale Auskünfte
- Welche Ziele verfolgt die Seite?
- Werbung kann ein Hinweis auf Verkaufsinteressen sein.

Verlässlichkeit

- Impressum
- Quellen geben Information über Autorin bzw. Autor
- Erstellungs- und Aktualisierungsdatum



Vertiefende Informationen

- Nutzen und Schaden erklärt
- Aussagen durch Studien belegt
- Erklärung laienverständlich
- Wirkung von Behandlung beschrieben
- Gütesiegel

Neutralität

- Überblick über diagnostische und therapeutische Möglichkeiten
- Sachliche Darstellung
- Keine Empfehlung
- Alle Optionen einer Behandlung genannt

Checkliste

Qualität der Informationen erkennen

- ✓ **Absender**
Wer betreibt die Seite und wie wird sie finanziert?
- ✓ **Aktualität**
Wann wurde der Text veröffentlicht oder aktualisiert?
- ✓ **Quellenangabe**
Werden Autor/Autorin genannt und sind wissenschaftliche Quellen angegeben?
- ✓ **Sprache**
Ist der Text objektiv und neutral geschrieben? Werden Fachbegriffe erklärt?
- ✓ **Informativer Inhalt**
Werden Nebenwirkungen/ Behandlungskosten offen angesprochen?
- ✓ **Werbung**
Werden Produkte oder Leistungen beworben oder direkt vermarktet? Dann ist Vorsicht geboten.

Zuverlässige Internetseiten

weitere Informationen



weitere Infos auf

aok.de/pk/gesundheitswissen/gesundheitsinformationen-suchen-und-finden



[AOK-Gesundheitsmagazin](#) | [AOK Faktencheck](#) | [AOK – Der Gesundheitskanal auf Youtube](#)

Noch mehr Gesundheitskompetenz...

Bewegung - Ernährung – Seelisches Wohlbefinden



[AOK-Gesundheitsangebote](#)

[Rezepte](#)

[Lebe Balance](#)

[Suchen & Finden mit dem Gesundheitsnavigator der AOK](#)

[Gesundheitskompetenz | AOK Presse](#)



Zeit für
Fragen



Vielen Dank

Katharina Ochs

AOK Mittlerer Oberrhein
Kriegsstraße 41
76133 Karlsruhe

Telefon: 0711 6525 24278
E-Mail: Katharina.Ochs@bw.aok.de
Internet: www.aok.de/bw

Mitschrift - Workshop

Workshop d., 16:00 bis 16:45 Uhr

Dr. Google und Co: Verlässliche Gesundheitsinformationen im Internet – Wie informiere ich mich richtig?

- Die Welt befindet sich im Wandel – Digitalisierung hält Einzug, auch im Gesundheitswesen, und ist nicht mehr wegzudenken.
- Beinahe alle im Plenum geben an, bereits Symptome oder Krankheitsbilder gegoogelt zu haben.
- Internet ist zweitwichtigste Informationsquelle, um sich über Gesundheit zu informieren. Davor steht die Information beim Arzt bzw. der Ärztin.
- Ca. 10-17 Milliarden Euro pro Jahr sind auf unzureichende Gesundheitskompetenz in Deutschland zurückzuführen.
- Ergebnisse des Arbeitsauftrags Merkmale guter Gesundheitsinformationen in Bezug auf Verlässlichkeit, Unabhängigkeit und Neutralität zu erarbeiten:
 - Es werden konkrete Webseiten genannt (z.B. RKI). Zusammengefasst werden die Beispiele unter „Adresse des Homepagebetreibers“.
 - Es entsteht die Idee, dass über den Newsletter der KGK Informationen weitergegeben werden könnten oder gute Webseiten zur Gesundheitsinformationen weitergeleitet werden könnten.
 - Es wird festgehalten, dass die Quellenangaben, das Erstellungs- oder Überprüfungsdatum der Information, die Angaben zur **Herausgeberin bzw. zum Herausgeber** der Website und Informationen über die **Autorinnen und Autoren** relevant sind.
 - Zudem wird das Gütesiegel (z.B. von HON, afgis e.V.) als Hinweis von Frau Ochs vorgestellt jedoch auf mögliche Fälschungen hingewiesen.
 - Es wird festgehalten, dass Googlen nicht das Arztgespräch ersetzt. Auch die Ärzteschaft ist präventiv tätig (Bsp. Vorsorge). Leider würden häufig die Personen die Vorsorge wahrnehmen, die es am wenigsten bräuchten.
 - Besonders wichtig scheint dem Plenum, dass die Kommunikation auf Augenhöhe besonders wichtig sei.