



Workshop: Gute Gesundheitsinformationen finden und weitergeben

Wiener Selbsthilfekonferenz

15. Juni 2018 - Bernd Kerschner

Zuverlässige Evidenz.
Informierte Entscheidungen.
Bessere Gesundheit.

Department für Evidenzbasierte Medizin und
Klinische Epidemiologie
Donau-Universität Krems

Checkliste

für verlässliche

Gesundheitsinformationen



Unsere Checkliste

- Entwurf, noch in Entwicklung
- Basiert auf Checkliste „DISCERN“
→ siehe www.discern.de
- aber: (hoffentlich) verständlicher

Wichtig:

- **Gute** Gesundheitsinfos müssen **nicht alle** Punkte erfüllen
- **Schlechte** Gesundheitsinfos können **auch einige** Punkte erfüllen



Beispiel für eine Gesundheitsinformation



© Photographee.eu – Fotolia.com

Neutrale Sprache?

- *Alzheimer: „wahrscheinlich keine Krankheit, die im Alter mehr gefürchtet ist.“*
- *„Zahl der Betroffenen steigt von Tag zu Tag“*
- *„Nahmen die Betroffenen nun etwa sehr hohe Dosen der Benzodiazepine ein? Oder nahmen sie die Medikamente über einen längeren Zeitraum zu sich? Leider nein.“*
- *„Nun ist es aber leider so, dass die Harvard-Bordeaux-Studie nicht die erste und einzige war, die auf den Benzodiazepin-Alzheimer-Zusammenhang hinwies.“*

→ **Sprache ist beunruhigend und wertend**

Checkliste: #1 Neutrale Sprache

- Inhalt soll keine Angst machen oder beeinflussen
- Keine wertende Sprache

Vorsicht:

- „100%-ige Wirkungsgarantie“
- „absolut nebenwirkungsfrei“
- wenn andere Therapien schlecht gemacht werden



Werden konkrete Zahlen genannt?

- *„...dass in jener Gruppe, die mit der Einnahme von Benzodiazepinen begonnen hatte, ein **50-prozentiger Anstieg** bei den Alzheimer- bzw. Demenz-Neuerkrankungen zu beobachten war.“*
 - *„Das Erkrankungsrisiko bei den Teilnehmern, die nie Benzodiazepine nahmen, blieb hingegen auf dem üblichen Level.“*
- Wie viele Schlafmittel-Konsumenten bekamen Alzheimer?
- Wie hoch war das übliche Level? Wieviel sind 50% mehr davon?

Werden konkrete Zahlen genannt?

- Würden **200** von 1000 Personen üblicherweise Alzheimer bekommen
→ dann wären 50% mehr: **300** von 1000 Personen
 - Würden **2** von 1000 Personen üblicherweise Alzheimer bekommen
→ dann wären 50% mehr: **3** von 1000 Personen
- konkrete Zahlen fehlen im Text
- lässt sich nicht beurteilen!

Checkliste: #2 Konkrete Zahlen & Vergleich

Bei behaupteter Wirksamkeit:

- Wie gut wirkt Behandlung?
- **im Vergleich** zu anderer oder Schein-Behandlung

Beispiel Antibiotika bei Mittelohr-Entzündung*:

Schmerzen 4-7 Tage nach Diagnose:

- mit Scheinmedikament:
24 von 100 Kinder
- mit Antibiotikum:
18 von 100 Kinder



Foto: Kolleen Gladden – Unsplash.com

Werbung?

Artikel stammt von *Zentrum-der-Gesundheit.de*:

www.zentrum-der-gesundheit.de/schlafmittel-alzheimer-ia.html

- viel Werbung für Nahrungsergänzungsmittel
- Link zu Online-Shop (rechts oben)

→ Webseite möchte mir Produkte verkaufen

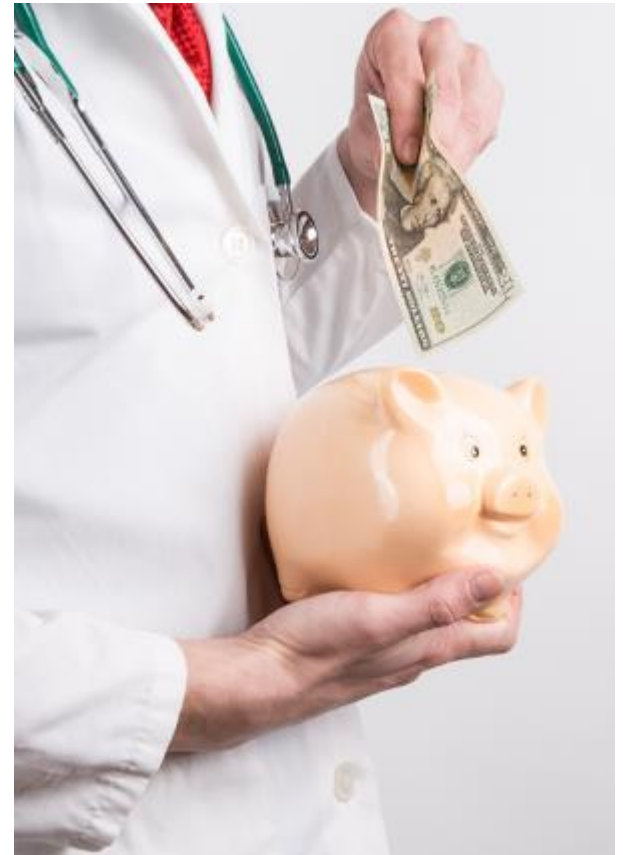
→ Inhalte auf Webseite sind nicht unabhängig

Checkliste: #3 Keine Werbung

- Für Medikamente, Produkte, Behandlungen

Wer steht hinter Webseite?

- steht im Impressum!



Wird Autor/in genannt?

Autor/in bleibt anonym:

„Autor: Zentrum der Gesundheit“

Begründung der Webseiten-Betreiber:

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/wer-wir-sind.html>

„...möchten wir anonym bleiben, um künftig uns und unsere Mitarbeiter vor virtuellen Belästigungen und Rufmord zu schützen...“

→ Unklar, wer hinter Informationen steht

→ Qualifikation der Autor/in unklar

Checkliste: #4 Nennung von Autor/in

Wer hat Beitrag geschrieben?

- Welche Qualifikation hat Person?
 - Arzt/Ärztin?
 - Medizin-nahe Ausbildung (zB Biologie)?
 - gar keine anerkannte Ausbildung?
- Kontaktmöglichkeit? (Email/Telefon)
- Vorsicht vor anonymen Beiträgen!



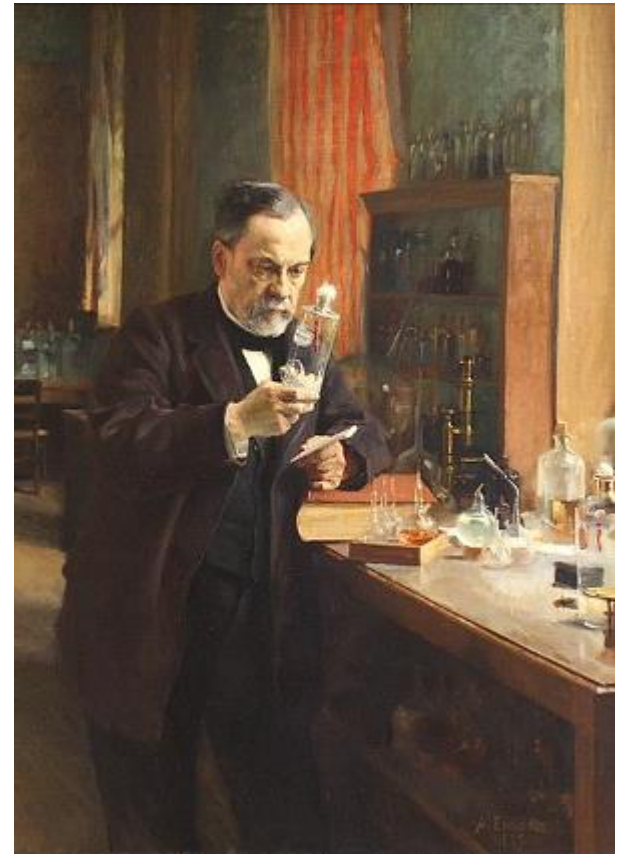
Checkliste: #5 Aktualisierungsdatum

Wann wurde Information verfasst oder zuletzt aktualisiert?

- Ist Info noch aktuell?
- Hat sich Forschungslage geändert?

→ Im Schlafmittel-Artikel erfüllt...

Achtung: Auch Artikel mit falschen Infos können einzelne Punkte erfüllen...



Checkliste: #6 Wissenschaftliche Quellen?

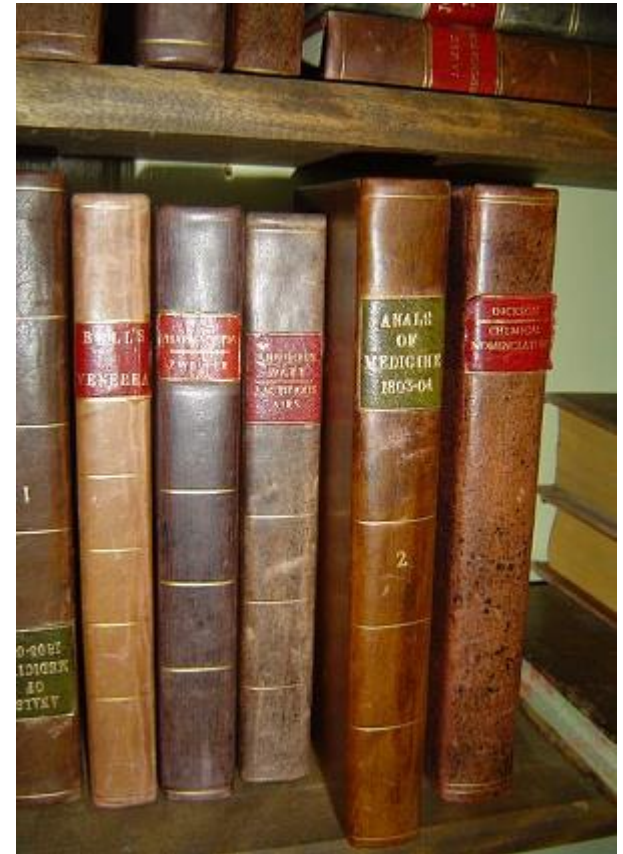
Wissenschaftliche Quellen für Nutzen, Wirkung, Risiken genannt?

- Link zum Nachprüfen?
- wissenschaftliche Studien?
- mehr als eine Einzelstudie?

→ Im Schlafmittel-Artikel erfüllt...

Achtung: Auch Artikel mit falschen Infos können einzelne Punkte erfüllen...

ABER: Grundlage für Info sollten ALLE Studien sein!



Qualitätssiegel für Webseiten

- **HON:** www.hon.ch
- **AFGIS:** www.afgis.de

Zertifizierte Seiten sind transparenter:

- legen Finanzierung offen
 - nennen Qualifizierung der Autor/innen
- Gültigkeit mit Klick auf Logo prüfen!

ABER: Richtigkeit der Infos nicht geprüft!

- Keine Garantie, dass medizinische Inhalte stimmen!



Checkliste: #7 Gültiges Qualitätssiegel?

Zentrum-der-Gesundheit.de:

- Seite besitzt kein Siegel



Noch ein Beispiel



Quelle: www.netdoktor.at/gesundheit/apothekertipps/kuerbis-gegen-prostata-und-blasenprobleme-6897544

Kürbis: Checklistenpunkte 1-7 erfüllt?

1. Neutrale Sprache

OK

2. Konkrete Zahlen genannt & Vergleich?

fehlt!

3. Keine Werbung?

etliche Inserate, u. a. Link zu Kürbiskernöl-Hersteller

4. Nennung von Autor/in?

ja, aber keine genauen Angaben zur Qualifikation

Kürbis: Checklistenpunkte 1-7 erfüllt?

5. Aktualisierungsdatum?

OK

6. Wissenschaftliche Quellen angegeben?

fehlt!

7. Gütesiegel?

ja, HON-Siegel vorhanden und gültig

Nennung von Nebenwirkungen

Jede (wirksame) Behandlung hat

- unerwünschte Nebenwirkungen
- Risiken

→ sollen nicht verschwiegen werden!

**Manchmal Nebenwirkungen
unzureichend erforscht:**

→ Muss erwähnt werden!



© Henry Schmitt – Fotolia.com

Kürbis: Weitere Checklistenpunkte

8. Nebenwirkungen angesprochen?

fehlen!

Nennung von anderen Behandlungen

Fast immer ist mehr als 1 Therapie möglich!

- sollen alle genannt werden
 - auch Folge von Behandlungs*verzicht*
- Möglicherweise bessern sich Beschwerden auch ohne Therapie!



Kürbis: Weitere Checklistenpunkte

8. Nebenwirkungen angesprochen?

fehlen!

9. Andere Behandlungsmöglichkeiten aufgezählt?

nein!

Ist die Behandlung spürbar?

Beispiele:

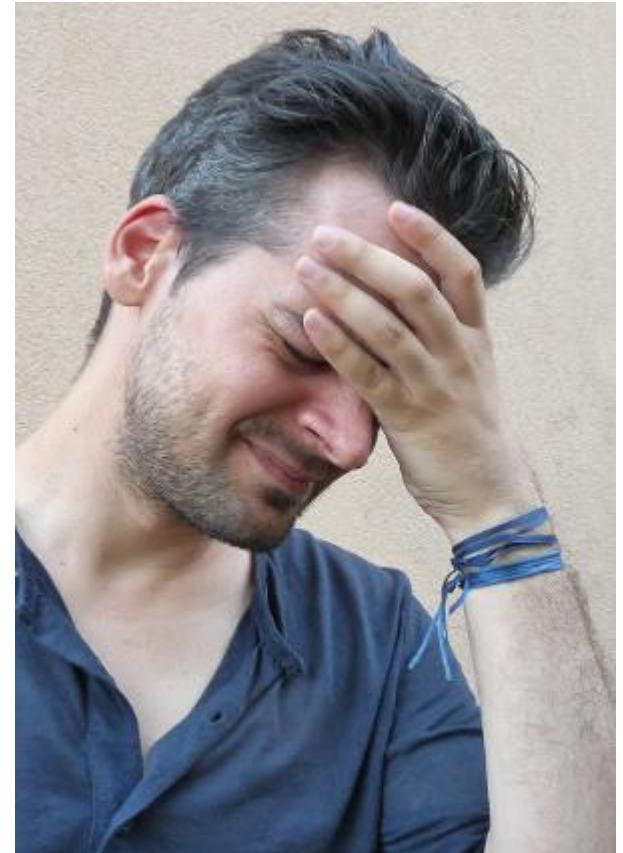
- weniger Schmerzen
- bessere Lebensqualität im Alltag
- gesenktes Risiko für Herzinfarkt, Tod

Achtung: Änderung von Werten wie

- Cholesterin, Blutdruck, ...

→ Führt nicht immer zu weniger Herzinfarkten o.ä.

→ ist kein Beweis für spürbare Wirkung!



Kürbis: Weitere Checklistenpunkte

8. Nebenwirkungen angesprochen?

fehlen!

9. Andere Behandlungsmöglichkeiten aufgezählt?

nein!

10. Ist die Behandlung spürbar?

OK: „Beschwerden wie nächtliches Harnlassen,
Harnverhalt, aber auch die Abnahme des Harnstrahls“

Wie gut ist Wirkung abgesichert?

Für viele Therapien fehlt Wirknachweis

- nicht oder zu wenig erforscht

→ soll in Info angesprochen werden!

Falls Wirkung ausreichend erforscht:

→ soll im Text erwähnt werden



Kürbis: Weitere Checklistenpunkte

8. Nebenwirkungen angesprochen?

fehlen!

9. Andere Behandlungsmöglichkeiten aufgezählt?

nein!

10. Ist die Behandlung spürbar?

OK: „Beschwerden wie nächtliches Harnlassen,

Harnverhalt, aber auch die Abnahme des Harnstrahls“

11. Wie gut ist die Wirkung abgesichert?

nicht angesprochen

Kürbiskerne bei Prostata-Beschwerden

Beispiel für **gute** Gesundheitsinformation:



www.medizin-transparent.at/kuerbiskerne-prostata

Übungsbeispiel

Medikamente bei Fibromyalgie

= chronische Schmerzerkrankung, die sich durch Schmerzen in verschiedenen Körperregionen äußert.

2 unterschiedliche Gesundheitsinformationen

→ Gruppenarbeit: Wie vertrauenswürdig ist der jeweilige Text?

Übungsbeispiele: Text A

1. Keine Werbung: **ok**
2. Autor(en) genannt: **ok**
3. Datum letzte Aktualisierung: **ok**
4. Wissenschaftliche Quellenangaben: **fehlen**
5. Neutrale, nicht wertende Sprache: **ok**
6. Ansprechen von Nachteilen: **fehlt**
7. Nennung anderer Behandlungen: **ok**

Übungsbeispiele: Text A

- 8. Behandlung spürbar?: **ok**
- 9. Konkrete Zahlen & Vergleich: **fehlen**
- 10. Wie gut ist die Forschungslage gesichert: **fehlt**
- 11. HON- oder AFGIS-Siegel: **nein**

→ 6/11 Checklisten-Punkte erfüllt

Text-Quelle: Medmix.at – **nicht vertrauenswürdig**

www.medmix.at/fibromyalgie-erkennen-wenn-der-ganze-koerper-schmerzt/

Übungsbeispiele: Text B

1. Keine Werbung: **ok**
2. Autor(en) genannt: **nur teilweise**
3. Datum letzte Aktualisierung: **ok**
4. Wissenschaftliche Quellenangaben: **ok**
5. Neutrale, nicht wertende Sprache: **ok**
6. Ansprechen von Nachteilen: **ok**
7. Nennung anderer Behandlungen: **ok**

Übungsbeispiele: Text B

- 8. Behandlung spürbar?: **ok**
- 9. Konkrete Zahlen & Vergleich: **ok**
- 10. Wie gut ist die Forschungslage gesichert: **ok**
- 11. HON- oder AFGIS-Siegel: **ok**

→ 10/11 Checklisten-Punkte nicht erfüllt.

Quelle: Gesundheitsinformation.de - **vertrauenswürdig**

www.gesundheitsinformation.de/medikamente-zur-behandlung-von-fibromyalgie.2607.de.html?part=behandlung-35

Danke!

Fragen?

bernd.kerschner@donau-uni.ac.at

Anhang: Bildrechte

Besorgte Frau: <https://www.flickr.com/photos/novecentino/1187953915>

Link zur Lizenz: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.0/deed.de>

Journalistin am Laptop (Bild beschnitten vom Original):

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Khadija_Ismayilova_sits_at_a_laptop.jpg

Link zur Lizenz: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.en>

Alte Bücher: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Old_medicine_books.JPG

Link zur Lizenz: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.en>

Kürbis: <https://torange.biz/de/pumpkin-seeds-35532> (ohne Änderung)

Link zur Lizenz: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>