

## Woran erkennt man seriöse Gesundheitsinformationen im Internet?

Professor G. Eysenbach hat massgeblich an Qualitätsnormen für Gesundheitsinformationen im Internet mitgewirkt (z.B. [Medcircle](#)). Er hat einen „Internetwaschzettel“ entworfen der Patient\_innen hilft gesundheitsbezogene Informationen im Internet kritisch zu betrachten und sich dazu bestimmte Fragen zu stellen. Wir haben seinen Internetwaschzettel leicht angepasst ohne die wesentlichen Inhalte zu verändern.

Die Föderation der Schweizer Psycholog\_innen (FSP) hat Qualitätskriterien für psychologische Online Therapie –oder Beratung aufgestellt. [www.psychologie.ch](http://www.psychologie.ch)

### Internetwaschzettel für Patient\_innen

- An wen richtet sich die Website (Patient\_in, Mediziner\_innen, potentielle Kunden)? Was ist die Motivation oder Absicht der Webseite (Verkaufen? PR? Aufklären?).
- Ist der\_die Betreiber\_in der Internetseite mit Name, Anschrift etc. erkennbar? Schauen Sie im *Impressum* nach oder unter *Kontakt*.
- Wird offen dargelegt, wie sich die Webseite finanziert? Gibt es Industriegelder? Gibt es Beiträge, die deshalb im Netz sind, weil jemand den\_die Betreiber\_in dafür bezahlt?
- Achten sie auf das Datum der Webseite. Wird bei jeder Seite die letzte Überarbeitung genannt? Medizinisches Wissen kann rasch „veralten“.
- Sind der Autorenname und die Qualifikation auf jeder Seite angegeben?
- Worauf basieren die Informationen des\_r Autor\_in (Quelle und "Evidenzlevel" der Informationen): Handelt es sich um eine einzelne Expertenmeinung ohne Quellenangabe (schlecht) oder können Beachtungsstudien (besser) oder sogar kontrollierte klinische Studien (am besten) zur Untermauerung der Aussagen zitiert werden.
- Werden Alternativen aufgezeigt? Prüfen Sie, ob die Webseite nur eine Seite der Medaille darstellt oder auch sorgfältig abwägend auf Risiken, Nebenwirkungen und Alternativen eingeht. Merke: In der Medizin ist nichts hundertprozentig sicher - man geht von Wahrscheinlichkeiten aus, macht Kosten-Nutzen-Abwägungen und passt Behandlungen individuell den Patient\_innen an. Werden keine Alternativen aufgezeigt, so ist die Information vermutlich nicht objektiv.
- Wird ein "Diskussionsforum" moderiert und dadurch die Qualität gesichert? Wenn ja, wird beschrieben, nach welchen Kriterien dies geschieht?
- Sind Hinweise auf wissenschaftliche Evidenz, insbesondere Literaturhinweise auf sog. "randomisierte klinische Studien" ersichtlich? Können Sie die Aussagen überprüfen, d.h. sind wissenschaftliche Quellenangaben so gemacht, dass sie über eine Bibliothek die Originalaufsätze bestellen könnten?
- Sofern Sie produktbezogen recherchieren: Geben Sie den Namen des Produkts in eine Suchmaschine ein, und schauen Sie nach, was andere zu diesem Produkt sagen. Sind die Geschäftsbedingungen seriös oder liegen alle Risiken bei Ihnen?
- Erwecken die Erklärungen den Anschein, als würde einseitig ein bestimmtes (medikamentöses) Verfahren dargestellt oder auf spezielle Onlineshops hingewiesen?

---

### Reden Sie mit Ihrem\_r Arzt oder Ärztin bzw. einer geeignete Fachperson

**Entscheidungen, die Ihre Gesundheit betreffen, sollten niemals allein auf eine Internetrecherche basieren. Nutzen Sie ihr Hintergrundwissen und fragen Sie auf jeden Fall ihre\_n behandelnde Ärzt\_in oder eine geeignete Fachperson nach ihrer\_seiner Meinung. Auch wenn Sie denken, es sei schon nicht so schlimm.**