



Foto: iStockphoto.com/OrausFocus

Die Spreu vom Weizen trennen

Gesundheitsinformationen im Internet

Sonja Siegert

Es gibt eine riesige Vielfalt an Gesundheitsinformationen im Netz – von hochseriös bis hin zu Fake News. Sie zu beurteilen, zu verstehen und auf die eigene Situation anzuwenden, ist Teil der Gesundheitskompetenz. Wie kann diese gestärkt werden und welche Rolle kann dabei das Nationale Gesundheitsportal spielen?

Was könnte das merkwürdige Jucken für eine Ursache haben? Wo finde ich eine gute Frauenärztin? Was passiert eigentlich genau bei der Operation? Mit all diesen Fragen gehen die Menschen längst nicht mehr nur zur Ärztin oder zum Arzt, sondern auch ins Internet. Einer repräsentativen Umfrage der Bertelsmann Stiftung zufolge, die Internetnutzer zwischen 18 und 80 Jahren befragt hat, informiert sich die Hälfte der Befragten mindestens einmal im Monat im Internet über Gesundheitsthemen. 16 % tun dies sogar einmal pro Woche.¹

Die Gründe dafür, online nach Gesundheitsinformationen zu suchen, sind vielfältig. Oftmals wird ein Arztbesuch vorbereitet oder dort entstandene Fragen werden nachgeschlagen. Am häufigsten wurden als Gründe in der Studie jedoch angegeben, sich über gesundheitliche Risiken und Krankheiten allgemein zu informieren (73 %), Tipps

für eine gesündere Lebensweise zu finden (58 %) und sich selbst bei einem akuten Gesundheitsproblem helfen zu wollen (52 %). Aber auch kommunikative Bedürfnisse wurden genannt: so der Wunsch nach sozialer Unterstützung (16 %) und der Austausch von Erfahrungen und Meinungen (30 %).

Welche Informationen gibt es im Netz?

Das Internet ist voll von Gesundheitsinformationen – sehr gute, mittelmäßige und schlechte liegen dabei nur einen Klick voneinander entfernt. Es gibt zum Beispiel:

- ▶ hochwertige evidenzbasierte Informationen, die nach den Kriterien der „Guten Praxis Gesundheitsinformation“² des Deutschen Netzwerks evidenzbasierte Medizin erstellt werden. Dazu gehören gesundheitsinformation.de, das Portal des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG), die Website der Stiftung Gesundheitswissen und das Internetportal patienten-information.de des Ärztlichen Zentrums für Qualität in der Medizin,
- ▶ offizielle und verlässliche Informationen, etwa des Robert Koch-Instituts, der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung oder des Krebsinformationsdienstes,
- ▶ das Online-Lexikon wikipedia.de,

- ▶ Informationen von Krankenkassen und Ärzteverbänden,
- ▶ seriöse Informationen kommerzieller Plattformen, zum Beispiel netdoktor.de, onmeda.de und apotheken-umschau.de,
- ▶ Arzt- und Klinikbewertungsportale wie jameda.de oder weisse-liste.de,
- ▶ Angebote der Pharmaindustrie, zum Beispiel meine-verhuetung.de,
- ▶ Informationen, die auf den ersten Blick neutral und hochwertig aussehen, aber als zweifelhaft eingestuft werden, wie die Seite zentrum-der-gesundheit.de,
- ▶ eine unüberschaubare Zahl an kleineren Websites, Blogs, Selbsthilfe-Präsenzen und Foren,
- ▶ YouTube-Videos, die von hochseriös bis hin zu Fake News alles abdecken
- ▶ und nicht zuletzt unzählige Social-Media-Inhalte, für die das Gleiche gilt.

Wie kann man gute von schlechten Informationen unterscheiden?

Die allermeisten Menschen suchen nach Gesundheitsinformationen über Suchmaschinen, und hier am häufigsten über Google. Der Bertelsmann-Studie zufolge sind 52 % der Menschen mit den Antworten, die sie finden, zufrieden. Dabei wird die Quelle einer Information aber nur selten hinterfragt. Und zwei Drittel der Internetnutzenden gaben an, dass es ihnen schwerfällt, im Wust an Informationen gute von nicht vertrauenswürdigen Angeboten zu unterscheiden.

Nicht allen Menschen ist zum Beispiel bewusst, dass die ersten Treffer bei Google oftmals gekaufte Werbeanzeigen sind (was gekennzeichnet ist, aber nur recht klein). Google bewertet zudem die Qualität der Inhalte nicht – auch wenn hochwertige Seiten durch den Algorithmus des Konzerns offenbar mittlerweile besser platziert werden als früher.

Literatur

- 1 Mastedt, G.: Das Internet: Auch Ihr Ratgeber für Gesundheitsfragen? Bevölkerungsumfrage zur Suche von Gesundheitsinformationen im Internet und zur Reaktion der Ärzte. Bertelsmann Stiftung 2018, S. 12.
- 2 Autorengruppe GPPI: Gute Praxis Gesundheitsinformation. In: *Z. Evid. Fortbild. Qual. Gesundheitswesen* (ZEFQ) 109, 2015, S. 144–152. <https://kurzlink.de/GPPI>
- 3 Haschke, C./Grote Westrick, M. u. a.: Gefährliche Gesundheitsinfos. Wie sie erkannt und eingedämmt werden können. Bertelsmann Stiftung: Spotlight Gesundheit 3, 2019.
- 4 Ebd., S. 6.
- 5 Bender, J.: Facebook kämpft wie noch nie gegen Falschmeldungen. In: *FAZ*, 22.3.2020. <https://kurzlink.de/FAZ-Corona>
- 6 Schaeffer, D./Hurrelmann, K. u. a. (Hg.): Nationaler Aktionsplan Gesundheitskompetenz. Die Gesundheitskompetenz in Deutschland stärken. Berlin: KomPart 2018.
- 7 Ebd., S. 6.
- 8 Hambrock, U.: Die Suche nach Gesundheitsinformationen. Patientenperspektiven und Marktüberblick. Bertelsmann Stiftung 2018.
- 9 Baumann, E.: Gesundheitskompetenz als Kommunikationsherausforderung. In: *GGW* 18/2, 2018, S. 27.
- 10 IQWiG: Konzept für ein Nationales Gesundheitsportal. 2018. <https://kurzlink.de/Gesundheitsportal>
- 11 Osterloh, F.: Gesundheitskompetenz: Gesundheitsportal im Sommer online. In: *Dtsch Arztebl* 2020; 117(7), https://kurzlink.de/Osterloh_DAB

Grundsätzlich ist es wichtig, zu prüfen, wer das Angebot betreibt und finanziert, welches Interesse dahinter steckt, ob unrealistische Heilsversprechungen gemacht werden und/oder etwas verkauft wird. Ein Anhaltspunkt für die Qualität von gesundheitsbezogenen Websites ist der „HON-code“ der Stiftung Health on the Net – ein Siegel, das Websites tragen dürfen, die bestimmte Kriterien wie Angabe der Quellen, Offenlegung der Finanzierung, klare Trennung von Redaktion und Werbung sowie Qualifikation der AutorInnen erfüllen. Das IQWiG hat online einige Hinweise zusammengestellt, wie verlässliche Informationen im Netz zu erkennen sind (unter <https://kurzlink.de/IQWiG-Info>).

Die Gefahr schlechter Informationen

Falsche und irreführende Gesundheitsinformationen können gefährlich sein – etwa wenn eine an Krebs erkrankte Person sich nur auf Naturheilverfahren verlässt, anstatt eine Chemotherapie zu beginnen, wenn eine wichtige Impfung aufgrund falscher Panikmache abgelehnt wird oder Menschen in der Hoffnung auf Heilung Scharlatanen vertrauen. Schaden entsteht aber auch dadurch, dass das Vertrauen in die wissenschaftsbasierte Medizin untergraben wird, wenn Falschmeldungen prominent verbreitet werden.³ Bis jetzt gibt es keinen „Marktwächter“⁴, der schlechte oder sogar gefährliche Gesundheitsinformationen identifizieren und dagegen vorgehen kann. Auch in sozialen Netzwerken können Fake News bisher meist ungehindert kursieren.

Dass es auch anders geht, zeigt das Vorgehen von Facebook bei falschen Inhalten zur Corona-Pandemie: Hier greift das Netzwerk deutlich rigoröser durch, blockt als falsch erkannte Inhalte und verweist

offensiv auf verlässliche Informationen. Und auch Google listet offizielle und hochwertige Informationen konsequent an erster Stelle.⁵

Gesundheitskompetenz stärken

Im „Nationalen Aktionsplan Gesundheitskompetenz“⁶ heißt es: „Etwa jeder Zweite in Deutschland weist eine eingeschränkte Gesundheitskompetenz auf. Ihnen fällt es schwer, gesundheitsbezogene Informationen zu finden, zu verstehen, zu beurteilen und auf die eigene Lebenssituation anzuwenden.“⁷ Besonders die Informationssuche und die Bewertung der gefundenen Informationen bereiten vielen Menschen Probleme. Menschen mit niedrigerem Bildungsgrad oder begrenzten Zugriffsmöglichkeiten auf finanzielle und soziale Ressourcen geben größere Schwierigkeiten im Umgang mit gesundheitsrelevanten Informationen an. Gesundheitskompetenz hängt dabei einerseits von den Fähigkeiten des Einzelnen, andererseits aber auch von den Anforderungen und der Komplexität der Strukturen des Gesundheitssystems ab.

Daraus wird im Aktionsplan ein dringender Handlungsbedarf abgeleitet, die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung zu verbessern. Entsprechend wird unter anderem gefordert, Gesundheitskompetenz fest in Bildungs- und Lehrplänen zu verankern und Aufklärungskampagnen zu starten. Zudem soll das Angebot verständlicher und übersichtlicher gestaltet werden. Es gibt viel zu wenige Gesundheitsinformationen, die niedrigschwellig zugänglich sind – zum Beispiel in einfacher beziehungsweise Leichter Sprache und barrierefrei. Viele Menschen ziehen zudem persönliche Beratungsgespräche vor, für die in der Arztpraxis aber oft nicht die nötige Zeit ist. Und einige Strukturen des Gesundheitswesens sind wohl für die allermeisten Menschen schwer verständlich, wie so mancher Antrag bei Krankenkasse oder Pflegekasse zeigt.

Menschen entscheiden nicht immer rational

Menschen sind widersprüchliche Wesen, und das gilt auch für ihre Gesundheitskompetenz sowie die Suche nach Gesundheitsinformationen. Die Befragten in der Bertelsmann-Studie geben an, dass sie verunsichert sind, weil es schwierig sei, vertrauenswürdige Informationen zu finden. Es fällt ihnen schwer, verlässliche Ange-

bote zu erkennen, auch wenn sie sie vor sich haben – die hochwertige Website gesundheitsinformation.de wurde von den Befragten als ähnlich verlässlich eingestuft wie die nicht vertrauenswürdige Seite zentrum-der-gesundheit.de.

Zudem zeigt sich auch, dass oftmals nicht die „harten“ Qualitätsindikatoren darüber entscheiden, was Menschen lesen und zurate ziehen.⁸ Wir nehmen Informationen viel leichter an, wenn sie im Einklang mit unseren bisherigen Annahmen stehen („confirmation bias“). Der erste Eindruck des Angebots, die Ansprache und die Aufmachung spielen eine große Rolle. Vertrauen wächst auch, wenn der Absender bereits bekannt ist und wenn Informationen aus verschiedenen Quellen übereinstimmen. Menschen prüfen in den meisten Fällen nicht kritisch, wer im Impressum der Seite steht. Sie verlassen sich auf Vorerfahrungen, emotionale Reaktionen und die Übereinstimmung von Informationen zum Beispiel mit Tipps aus dem sozialen Umfeld. Sie suchen Beruhigung, Austausch und Unterstützung, und wollen damit Angst, Unruhe, vielleicht auch Scham und Verzweiflung umgehen.

Es reicht also nicht aus, hochwertige Informationen zur Verfügung zu stellen und darauf zu vertrauen, dass die Menschen das Impressum lesen und dann ihr Verhalten an diesen Informationen ausrichten. „Zugespielt formuliert wird [...] häufiger ein zu einfaches Modell der Informationsvermittlung zugrunde gelegt, das im Kern davon ausgeht, den Patienten Informationen wie mit einer subkutanen Injektion verabreichen zu können.“⁹ Daher stehen die Anbieter hochwertiger Gesundheitsinformationen vor der Herausforderung, dass sie auch Unsicherheiten kommunizieren und damit eine informier-

te Entscheidung ermöglichen müssen. Das kann aber sogar dazu führen, dass verlässliche Informationen eher verunsichern – etwa, wenn sie mehrere mögliche Behandlungen vorstellen, die alle Vor- und Nachteile haben – als weniger gesicherte Informationen, die aber eine klare Handlungsempfehlung geben. Gute Gesundheitsinformationen müssen emotionale Bedürfnisse berücksichtigen, um die Menschen zu erreichen, ohne Abstriche bei der Qualität und der Darstellung von Nutzen, Risiken und Unsicherheiten zu machen.

Das Nationale Gesundheitsportal

Im Jahr 2017 wurde die „Allianz für Gesundheitskompetenz“ gegründet. Der damalige Gesundheitsminister Hermann Gröhe (CDU) beauftragte im Zuge dessen das IQWiG damit, ein Konzept für ein Nationales Gesundheitsportal¹⁰ zu entwickeln, das vertrauenswürdige, wissenschaftlich belegte Informationen zusammenführt und so auf einen Blick auffindbar macht. In zahlreichen anderen Ländern gibt es solche zentralen, öffentlich finanzierten Portale, etwa in Großbritannien und den USA. Das Konzept des IQWiG liegt seit 2018 vor und skizziert ein Portal, das von einem inhaltlich und politisch unabhängigen, nicht kommerziellen und gemeinnützigen Träger verantwortet wird. Wesentlich dabei ist, dass alle Institutionen, die Informationen beisteuern, sich auf einheitliche Qualitätskriterien verständigen.

Mitte dieses Jahres soll eine erste Version des Nationalen Gesundheitsportals online verfügbar sein.¹¹ Jedoch ist es zurzeit nicht bei einem unabhängigen Träger verortet, sondern direkt beim Bundesgesundheitsministerium, wo ein eigenes Referat dafür eingerichtet worden ist. Gestartet werden soll mit den Bereichen „Häu-

fige Krankheiten“, „Gesundheit digital“ und „Pflege“. Die Inhalte kommen zunächst vom IQWiG, vom Robert Koch-Institut und vom Deutschen Krebsforschungszentrum, das den Krebsinformationsdienst betreibt. Nach und nach soll der Kreis der Institutionen erweitert werden. Noch sind viele Fragen offen: Wie wird die Unabhängigkeit gewährleistet? Ist ein solches klassisches Internetportal in Zeiten, in denen die Menschen auf so vielen verschiedenen Kanälen unterwegs sind, überhaupt noch zeitgemäß? Wie schnell und wie stark kann es ausgebaut werden? Kann es mit der elektronischen Patientenakte verknüpft werden?

Ein solches Portal muss in jedem Fall barrierefrei sein und die Bedarfe von Menschen mit geringer Gesundheitskompetenz und jenen, die Schwierigkeiten beim Umgang mit Gesundheitsinformationen haben, besonders berücksichtigen. Das Konzept des IQWiG sieht vor, diese Zielgruppen beim Auf- und Ausbau des Portals in die Entwicklung einzubeziehen und es konsequent an den Bedarfen der NutzerInnen zu orientieren. Wenn es gelingt, dies umzusetzen und das Nationale Gesundheitsportal als bekannte und vertrauenswürdige Marke zu etablieren, kann es ein wichtiger Baustein bei den Maßnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz werden. ■



Was machen Sie lieber analog als digital?

„Bücher lesen!“

Sonja Siegert

geb. 1974, ist freie Journalistin in Köln.
post@sonja-siegert.de



Gesundheit in der Krise Aktuelle Herausforderungen im Gesundheitssystem

Personalmangel, zunehmende Privatisierung von Gesundheitsleistungen, Gefahren für Datenschutz von Patient*innen ...
Das deutsche Gesundheitssystem bedarf an vielen Stellen einer kritischen Überprüfung!

Gen-ethischer Informationsdienst || Zeitschrift für Informationen und Kritik zu Fortpflanzungs- und Gentechnologie
Jetzt bestellen! || Nr. 252 || Februar 2020 || Einzelausgabe 8,50 Euro || Jahresabo (4 Ausgaben) 35,- Euro

GeN

Gen-ethisches Netzwerk e.V.

Stephanstr. 13
10559 Berlin

Tel: 030 - 685 70 73

Fax: 030 - 684 11 83

gen@gen-ethisches-netzwerk.de
www.gen-ethisches-netzwerk.de

Spendenkonto (IBAN):
DE15 4306 0967 1111 9023 33