

Informationssuche im Internet – Wo finde ich gute Informationen?

erstellt am 27.10.2023

Das Internet ist heute eine der wichtigsten Informationsquellen für Patienten mit einer Krebserkrankung. Aber im Internet finden sich auch viele falsche oder missverständliche Informationen. Wie findet man die richtigen Seiten? Woran erkennt man gefährliche? Und was hilft, die Verunsicherung zu vermeiden, die Informationen aus dem Netz auslösen können? Antworten darauf erhalten Sie im [Webinar](#).

Woran erkenne ich...

...gute Seiten?	...schwierige Seiten?	...schlechte Seiten?
<ul style="list-style-type: none"> • laienverständlich • wissenschaftlich basiert 	<ul style="list-style-type: none"> • schwer verständlich • aber wissenschaftlich basiert 	<ul style="list-style-type: none"> • nicht wissenschaftlich basiert

Wie unterscheide ich gute von schlechten Internetseiten?

Zeichen für gute Internetseiten	Zeichen für nicht so gute/ schlechte Internetseiten
Vertrauenswürdige Quelle: Schauen Sie am besten auf die Adresse. Stammt die Internetseite von einer anerkannten Organisation/Experten? z.B. von einer <i>Landeskrebsgesellschaft, Krebsliga</i>	Unglaubwürdige Quelle: Stammt die Seite von einem Unternehmen das Produkte oder Leistungen verkaufen will (ist demnach nicht unabhängig)? Haben die Ersteller der Informationen evtl. andere Interessen?
Aktualität des Artikels: Steht bei Wissensinformationen von wann der Text ist?	Veraltete Informationen/keine Angabe des Zeitpunkts der Veröffentlichung: Das bedeutet, dass die Informationen wahrscheinlich nicht verlässlich sind, weil sie nicht den aktuellen Forschungsstand darstellen.
Klare Angabe der Quellen: Ein Merkmal guter Wissens-Seiten ist, dass sie ihre Aussagen anhand von angegebenen Quellen belegen.	Fehlende Quellenangabe: Vor allem bei Wissenstexten ist es ungünstig, wenn die Quellen nicht überprüft werden können. Manche können veraltet oder unseriös sein.
Anzeigen, die nicht in Verbindung mit Text stehen: Teilweise brauchen Webseiten Anzeigen, um sich finanzieren zu können. Solange diese nichts mit dem Text zu tun haben, ist das in Ordnung.	Anzeigen an Stellen, die mit Text zusammenhängen/nah am Text dran: Werden zum Text passende Produkte beworben oder stehen sie ziemlich nah am Text dran, blenden Sie sie am besten aus und fragen bei Ihrem Hausarzt oder Apotheker nach empfohlenen Präparaten.
Angabe von Sponsoren/Autoren: Sind auf der „Über uns“-Seite die Sponsoren oder auch Betreiber/Autoren angegeben und ihre Qualifikationen beschrieben? Die Sponsoren verdienen kein Geld mit besprochenen Methoden oder Substanzen.	Anonymität der Betreiber und ihrer Finanzierung: Keine Angabe von Autoren/Betreibern und ihren Qualifikationen, oder Sponsoren. Es wird nicht deutlich, ob es Interessenskonflikte gibt und wie seriös die Informationen sind.

Vorsicht: keine Garantie, dass es wirklich gute Texte sind!	
Sichere Verbindung: Steht zu Beginn der Adresse „https“? Das bedeutet, dass niemand die Daten, die zwischen Ihnen und der Webseite ausgetauscht werden, abgreifen oder verändern kann.	Unsichere Verbindung: „http“ und ein durchgestrichenes Schlosssymbol neben der Adresse bedeuten, dass die Verbindung nicht gesichert ist.
 https:// Sichere Verbindung	 Nicht sichere Verbindung

gute Seiten mit Informationen zu Krebs

- Krebsinformationsdienst.de:
<https://www.krebsinformationsdienst.de/>
- Deutsches Krebsforschungszentrum (Dkfz):
<https://www.dkfz.de/de/index.html>
- Stiftung Perspektiven:
<https://www.stiftung-perspektiven.de/>

Viele wissenschaftlich fundierte Informationen finden Sie in unserem Wissensportal:

<https://www.stiftung-perspektiven.de/Wissensportal/>

Welche Informationen finden Sie wo?

- [Was ist Krebs - warum gerade ich?](#) Eine einfache Erklärung, wie sich eine Krebserkrankung im Körper entwickelt.
- Informationen zur [Ernährung](#)
- Informationen zu [körperlicher Aktivität](#)
- Informationen zur [Komplementären Medizin und zu Alternativer Medizin](#)

Gesundheitsportale

- <https://gesund.bund.de/> : Sehr gut, leichte Sprache/Gebärdensprache einstellbar, Informationen auf einem Blick zusammengefasst, kleine Erklärvideos
- <https://www.gesundheitsinformation.de/themengebiete/krebs.html>: Exzellente Qualität, aber es gibt nicht zu jedem Thema Informationen

Wie ist die Qualität der Informationen von Sozialen Netzwerken?

Bei **YouTube** gibt es Videos zu den verschiedensten Themen, aber viele davon haben eine mangelhafte Qualität. Sowohl bei **Facebook** als auch bei **Telegram** sind wenig zuverlässige, wissenschaftlich basierte Informationen zu finden. Häufig werden hierbei Informationen mit Meinungen vermischt.

Die DISCERN-Kriterien sind eine weitere Hilfestellung, um gute Informationen zu erkennen

Kurzübersicht über die DISCERN-Kriterien (<http://www.discern.de/kurz.htm>): Eine qualitativ gute Publikation über Behandlungsalternativen wird:

1. Klare Ziele haben
2. Ihre Ziele erreichen
3. Für den Nutzer bedeutsam sein
4. Ihre Informationsquellen klar benennen
5. Das Erstellungsdatum der Informationen klar benennen
6. Ausgewogen und unbeeinflusst sein
7. Zusätzliche Informationsquellen aufführen
8. Auf Bereiche von Unsicherheit hinweisen
9. Die Wirkungsweise eines Behandlungsverfahrens beschreiben
10. Den Nutzen eines Behandlungsverfahrens beschreiben
11. Die Risiken eines Behandlungsverfahrens beschreiben
12. Die Folgen einer Nicht-Behandlung beschreiben
13. Die Auswirkungen von Behandlungsverfahren auf die Lebensqualität beschreiben
14. Verdeutlichen, dass mehr als ein mögliches Behandlungsverfahren existieren könnte
15. Eine partnerschaftliche Entscheidungsfindung (shared decision-making) unterstützen



Die DISCERN-Kriterien können als Orientierung dienen, Sie müssen sich aber nicht alle merken. Wenn Sie sich fragen, ob ein Artikel über eine Behandlungsmethode bei Krebs auf einer Website gute Informationen enthält, dann können Sie das anhand der DISCERN-Kriterien und oben genannten „Zeichen für gute Internetseiten“ überprüfen.

Dies ist eine Zusammenfassung des Webinars „Informationssuche im Internet – Wo finde ich gute Informationen?“ aus der Webinar-Serie der Stiftung Perspektiven. Das aktuelle Programm finden Sie auf der Stiftungs-Website im [Vortrags- und Veranstaltungsportal](#).