

Wist-je-datje



Naar schatting 75% van de mensen verwerft kennis over gezondheid via de media. Naast zeer nuttige informatie over medisch-wetenschappelijk onderzoek verschijnen er ook minder correcte commentaren en soms ronduit verkeerde adviezen. Mensen weten vaak niet wat ze nog moeten geloven.

En terecht! Uit onderzoek blijkt dat maar liefst 50% van het gezondheidsnieuws niet correct wordt weergegeven... en dit is onrustwekkend. De (sociale) media is immers de belangrijkste bron voor gezondheidsinformatie, vooral voor patiënten jonger dan 35 jaar.

dr. Google... een onbetrouwbare arts!



Internet verspreidt het meeste onzin

Internet is een zeer toegankelijk en laagdrempelig medium om informatie op te zoeken over jouw gezondheid. Handig... mocht het niet zo zijn dat iederéén informatie kan plaatsen op het wereldwijde web. Hoe luider en hoe meer catchy de titels, hoe meer deze informatie wordt opgepikt door de lezer. En laat dit nu net het struikelblok zijn. Pittige krantenkoppen willen lezers lokken en dreigen daarmee de nuance te verliezen. Bevindingen uit studies worden soms overdreven voorgesteld, zowel door de onderzoeker als door de verslaggever.



Bekijk het filmpje 'Don't Google it' van Gezondheid en Wetenschap.

Onnauwkeurige of verkeerde gezondheidsinformatie kan verstrekken gevolgen hebben. Het kan leiden tot geldverspilling, onnodige onrust en zelfs overbodige behandelingen. Als je bijvoorbeeld gelooft dat vetverbranders jouw buik of dubbele kin zullen gladstrijken, geef je allicht onnodig geld uit. En als je gelooft dat deodorant borstkanker veroorzaakt, word je onnodig bang gemaakt. Geldverspilling en ontgoocheling in de wetenschap vallen te betreuren, maar foutieve informatie kan ook rondt gevaarlijk zijn. Stel dat je als jonge ouder het bericht gelooft dat het mazelenvaccin autisme veroorzaakt, je met de beste bedoelingen jouw baby niet laat vaccineren en jouw kind later hersenschade oploopt bij een mazeleninfectie, dan heeft de informatie ernstige schade berokkend.

Gezondheid en Wetenschap.be wil hieraan halt roepen en stelt duidelijke, correcte informatie ter beschikking.

In opdracht van de Vlaamse Gemeenschap ontwikkelde het Centrum voor Evidence-Based Medicine (Cebam) daarom de onafhankelijke website **Gezondheid en Wetenschap**. Er is immers nood aan een betrouwbare en toegankelijke informatiebron over gezondheid, gebaseerd op degelijk wetenschappelijk onderzoek. De website Gezondheid en Wetenschap wordt volledig gefinancierd door de Vlaamse Gemeenschap en neemt geen advertenties op. De informatie die wordt aangeboden is dus objectief, los van enige vorm van reclame of belangenvermenging. De website voldoet aan de HON-code, die staat voor betrouwbare informatie over gezondheid.

Je vindt op deze site patiëntenrichtlijnen, die leidraad zijn voor artsen en patiënten ten aanzien van een bepaalde aandoening of klacht. Deze zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek (evidence based) en hebben als doel de beste zorg te bieden voor de patiënt. De richtlijnen worden volgens strikte regels opgesteld én steeds geactualiseerd en zijn gebaseerd op alle degelijke wetenschappelijke studies die over een bepaald onderwerp zijn gemaakt.

Een voorbeeld: vroeger gaf men ouders vaak de raad om hun baby op de buik te slapen te leggen, omdat men ervan uitging dat een kindje dat op zijn rug slaapt, kan stikken in eigen slijm of voedsel. Die theorie was gebaseerd op de overlevering, niet op bewijs. Vandaag is er een duidelijke richtlijn die zegt dat baby's best op hun rug te slapen worden gelegd, omdat het risico op plotse dood daardoor driemaal kleiner wordt. Dit is wel gebaseerd op cijfers, bewijs dus.

Daarnaast krijg je op de site ook **eerstehulptips**. Deze eerstehulptips zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en werden ontwikkeld door Rode Kruis Vlaanderen.



TIP: Surf naar www.gezondheid-en-wetenschap.be en bewaar deze website bij jouw favorieten!