

## Kapitel 7

# Gesundheit im Netz



*Herr Meister fühlt sich unwohl. Er ist müde und abgeschlagen und vermutet, dass ihn eine Erkältung erwischt hat. Was aber, wenn es sich um etwas Schlimmeres handelt, eine Grippe beispielsweise?*

*„Am besten prüfe ich erst einmal im Internet, wie ich die Symptome voneinander unterscheiden kann und ab wann es angeraten ist, ärztlichen Rat in Anspruch zu nehmen.“*

### Gesundheitssuche im Internet

Immer mehr Menschen informieren sich im Internet über Krankheiten und Therapieformen. Aber gerade bei der Google-Suche im Internet ist folgender Ratschlag geboten: Sie erhalten bei häufig gebrauchten Begriffen von den Suchmaschinen eine Vielzahl an Treffern. Gibt man zum Beispiel den Begriff „Schmerzen“ bei Google ein, werden innerhalb einer halben Sekunde über 29 Millionen Treffer erzielt. Das zeigt,

wie wichtig es ist, die Fragestellung so genau wie möglich zu formulieren.

Um irrelevante Treffer zu vermeiden,...

- sollten Sie sich genau überlegen, was Sie suchen und ob sich das, was Sie suchen, besser oder anders bezeichnen lässt.
- Versuchen Sie zudem, Ihre Anfrage nicht zu allgemein, sondern konkret zu benennen, also anstatt z. B. „Schmerzen“ besser „Kopfschmerzen beim Aufwachen“.

### Gesundheits-Portale

Einfacher ist es, sich in den Gesundheits-Portalen im Internet zielgerichtet über Krankheitsbilder und Therapieformen kundig zu machen. Ihnen werden dort Fachausdrücke erklärt, Sie können Krankheiten nach Symptomen eingrenzen und finden medizinische Artikel über neuere Forschungsergebnisse. Auch können Sie über Medikamente recherchieren.

**! Hinweis:** Nutzen Sie für Ihre Anfrage Portale mit Qualitätssiegeln, einem gepflegten und guten Allgemeineindruck sowie einem vertrauensvollen Betreiber. Beachten Sie, dass Inhalt und Werbung auf seriösen Seiten klar getrennt sind. Zudem zeichnen sich gute Portale durch aktuelle und ausgewogene Infor-

mationen aus. Nutzen Sie aber generell mehrere Informationsquellen und bedenken Sie, dass diese Recherche keinen Arztbesuch ersetzen kann. Ohne Anspruch auf Rang und Vollständigkeit seien die folgenden Seiten genannt:

[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de),  
[www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de),  
[www.gesundheit.de](http://www.gesundheit.de).

Folgende Portale sind werbefinanziert:

[www.apotheken-umschau.de](http://www.apotheken-umschau.de),  
[www.onmeda.de](http://www.onmeda.de),  
[www.netdoktor.de](http://www.netdoktor.de).

### Befunde verstehen

Auf [www.washabich.de](http://www.washabich.de) übersetzen Medizinstudierende kostenlos Befunde in einer leicht verständlichen Sprache.

The screenshot shows the homepage of [www.gesundheit.de](http://www.gesundheit.de). At the top, there is a search bar and buttons for 'NEWSLETTER' and 'LOGIN'. The navigation menu includes 'Startseite', 'Krankheiten', 'Medizin', 'Ernährung', 'Fitness', 'Wellness', 'Familie', 'Service', and 'Forum'. A large image of a man in a white shirt holding a bowl of salad is featured. Below this image, a blue banner contains the text: 'Cholesterin senken ohne Medikamente – so geht's! Ein zu hoher Cholesterinwert gilt als ungesund, denn durch Ablagerungen des schlechten LDL-Cholesterins erhöht sich das Risiko eines Schlaganfalls ... mehr'. To the right, there is a section titled 'TOP-THEMEN' with a list of 10 items: 1. Körpersignale richtig deuten, 2. Herzrasen – was steckt dahinter?, 3. Was hinter Kreislaufproblemen steckt, 4. Tinnitus als Symptom, 5. Was Ihr Stuhl über Sie verrät, 6. Knieschmerzen und ihre Ursachen, 7. Gliederschmerzen als Begleitsymptom, 8. Krankhafte Unruhe, 9. Nierenschmerzen deuten, 10. Warnsignale des Körpers.

[www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de)

53

### Spezielle Informationen

Auf den Internet-Seiten der Fachgesellschaften finden Sie spezielle Informationen, z. B. bei der Deutschen Krebshilfe ([www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)), dem Krebsinformationsdienst ([www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de)) oder der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe ([www.schlaganfall-hilfe.de](http://www.schlaganfall-hilfe.de)).

### Selbsthilfegruppen

Über das Internet finden Sie auch Selbsthilfegruppen zu bestimmten Erkrankungen, z. B. bei [www.nakos.de](http://www.nakos.de) oder auf [www.bag-selbsthilfe.de](http://www.bag-selbsthilfe.de). Auch Seiten zu bestimmten Krankheitsbildern können hier weiterhelfen, wie [www.netzwerk-osteoporose.de](http://www.netzwerk-osteoporose.de), [www.osteoporose-deutschland.de](http://www.osteoporose-deutschland.de), [www.deutsche-alzheimer.de](http://www.deutsche-alzheimer.de) oder [www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de).

### Aufklärung und Prävention

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.bzga.de](http://www.bzga.de)) ist als Fachbehörde des Bundesgesundheitsministeriums für umfassende gesundheitliche Aufklärung zuständig.

### Impfungen und Infektionskrankheiten

Das Robert-Koch-Institut ([www.rki.de](http://www.rki.de)) informiert über Infektionskrankheiten und empfohlene Impfungen. Es hat den Auftrag des Infektionsschutzes und plant, koordiniert und vollzieht die Gesundheitsberichterstattung des Bundes.

### Weiterbildung

Unter [www.patientenuniversitaet.de](http://www.patientenuniversitaet.de) finden Sie eine unabhängige Bildungseinrichtung an der Medizinischen Hochschule Hannover, die Kompetenz in Gesundheitsfragen vermittelt.

### Gesetze, Verordnungen und Publikationen

Offizielle Dokumente zum Thema Gesundheit finden Sie auf der Seite des Bundesgesundheitsministeriums: [www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de).

### Arzt und Krankenhaus – Suche und Bewertung

Auf dem Portal der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) klickt man den Bereich Arztsuche an: [www.kbv.de/html/arztsuche.php](http://www.kbv.de/html/arztsuche.php). Dort können Sie Ihr Bundesland wählen und werden dann zur Online-Arztsuche der jeweiligen Landesvereinigung geführt. Welches Krankenhaus für Ihre Behandlung am besten geeignet ist, wird Ihnen Ihr Arzt sagen können. Im Internet kann man hier suchen: [www.deutsches-krankenhaus-verzeichnis.de](http://www.deutsches-krankenhaus-verzeichnis.de).

Auch das Thema Arztbewertung ist durch viele Anbieter im Internet vertreten, z. B. bei: [www.arzt-auskunft.de](http://www.arzt-auskunft.de), [www.docinsider.de](http://www.docinsider.de), [www.weisse-liste.de](http://www.weisse-liste.de). Bitte bedenken Sie: Bei Bewertungs-Portalen sind falsche und beleidigende Bewertungen durch enttäuschte Patientinnen und Patienten ebenso wenig auszuschließen, wie eventuelle Negativdarstellungen durch die Konkurrenz. Zudem sollte immer die Anzahl der abgegebenen Bewertungen im Verhältnis zur „Gesamtnote“ berücksichtigt werden.

### Pflege

Bei Fragen zur Pflegebedürftigkeit und zu den Leistungen aus der Pflegeversicherung können Sie sich u. a. beim Bundesgesundheitsministerium ([www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)) und dem Bundesfamilienministerium ([www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de)) informieren, ebenso bei der Zeitschrift [www.senioren-ratgeber.de](http://www.senioren-ratgeber.de).



**Organspende-Gesetz**  
**Mehr Leben retten durch Organspende**

Krankenhäuser spielen eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, die Organspenden in Deutschland zu erhöhen. Seit dem 1. April 2019 ist ein Gesetz in Kraft, durch das Krankenhäuser mehr Zeit und Geld für Organtransplantationen bekommen.

[www.bundesgesundheitsministerium.de](http://www.bundesgesundheitsministerium.de)

The screenshot shows the homepage of the website 'einfach teilhaben'. At the top left is the logo 'einfach teilhaben'. To the right are accessibility icons for 'Schriftgröße', 'Kontrast', 'Leichte Sprache', and 'Gebärdensprache'. Below these are navigation links: 'Themen', 'Ratgeber', 'Aktuelles', and a search icon labeled 'Suche'. The main banner is blue with white line-art illustrations of people. The text on the banner reads 'Ihr Wegweiser zum Thema Leben mit Behinderungen'. Below this is a search input field with the placeholder 'Suchbegriff eingeben...' and a 'Senden' button. Underneath the search bar are three categories: 'Oft gesucht', 'Arbeiten', 'Gesundheit', and 'Kunst und Kultur'. Below the banner is a section titled 'Themen' with the subtitle 'Wie können wir Ihnen helfen?'. At the bottom of this section are three circular icons with arrows pointing right, labeled 'Alter und Rente', 'Arbeiten', and 'Ausbildung und Studium'.

[www.einfach-teilhabe.de](http://www.einfach-teilhabe.de)

Auch bieten die Sozialverbände wertvolle Hinweise, z. B. [www.awo-pflegeberatung.de](http://www.awo-pflegeberatung.de), [www.vdk.de](http://www.vdk.de) oder [www.volkssolidaritaet.de](http://www.volkssolidaritaet.de).

Auf [www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de) finden Sie Auskünfte für privat Versicherte. Die Seite [www.pflegen-und-leben.de](http://www.pflegen-und-leben.de) des Bundesfamilienministeriums bietet pflegenden Angehörigen Beratung und Unterstützung.

### Heimverzeichnis

In der Datenbank [www.heimverzeichnis.de](http://www.heimverzeichnis.de) finden Sie rund 12.000 Einrichtungen der stationären Langzeitpflege mit Kontaktdaten und Wohn- und Betreuungsangeboten. Knapp 14.000 Pflegeheime listet die AOK in ihrer Datenbank [www.pflege-navigator.de](http://www.pflege-navigator.de) auf.

## Behinderung

Unter [www.einfach-teilhabe.de](http://www.einfach-teilhabe.de) unterrichtet das Bundesministerium für Arbeit und Soziales Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen über finanzielle Leistungen, barrierefreies Wohnen und Mobilitätsangebote auf Reisen und zu Hause. Die Seite [www.nullbarriere.de](http://www.nullbarriere.de) zeigt ausführliche Beispiele zu altersgerechten Umbauten. Der Behindertenbeauftragte der Bundesregierung ([www.behindertenbeauftragter.de](http://www.behindertenbeauftragter.de)) informiert über die rechtlichen Grundlagen für Menschen mit Behinderung.