

Wozu im Internet suchen?

Eine Übersicht über mögliche Fragestellungen

1. Welche Krankheit habe ich?

Gleich hier muss festgehalten werden, dass sich das Internet nur schlecht eignet, um vernünftige Diagnose zu stellen. Wenn Sie sich krank fühlen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

Wenn Ihnen dies schwer fällt, so können Sie versuchen, über ein Telemedizin-Angebot Hilfe zu erlangen, z.B.

[Medgate \(www.medgate.ch\)](http://www.medgate.ch)

Telemedizinische Dienstleistung mit Sitz in Basel für Versicherte einer Reihe von Krankenkassen und Medgate-Privatmitglieder. Fragen können per Telefon oder per Internet gestellt werden.

Über Telefon 0844 448 448 kostenlose medizinische Beratung in Impffragen für jedermann, im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit

[Universitätsspital Zürich - www.usz.ch](http://www.usz.ch)

Das USZ (Universitätsspital Zürich) bietet einen online-Beratungsdienst an. Für die Antwort muss allerdings bis 48 Stunden Zeit eingeräumt werden. Für Notfälle ist dieser Dienst nicht geeignet.

2. Ich habe nicht alles verstanden was mein Arzt mir mitgeteilt hat.

Am besten fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt nochmals. Lassen Sie sich die Information notfalls schriftlich geben.

Sie können medizinische Begriffe im Internet nachschlagen. Eine gute Internet-Adresse ist das [Roche-Lexikon der Medizin](http://www.gesundheit.de/roche/) - (<http://www.gesundheit.de/roche/>). Weitere Links finden Sie unter "Empfohlene Internet-Seiten" -> "Lexika und Suchmaschinen"

3. Welches ist die beste Behandlung für meine Krankheit?

Unter den Internet-Seiten, welche über eine bestimmte Krankheit und deren Behandlung informieren, sind solche, die von Ligen und nationalen Patienten-Organisationen geschrieben und betreut werden, oft gut verständlich und informativ. Daneben sind offizielle Seiten von nationalen Gesundheitsbehörden sehr verlässlich. Beispiele finden Sie auf der Links-Seite.

Industrie-gesponsorte Seiten betonen oft einseitig die Vorteile eines bestimmten Medikamentes oder Gerätes.

4. Gibt es Alternativen zur Behandlung, welche meine Ärzte vorschlagen?

Vielleicht suchen Sie nach Alternativen, - weil Ihre Behandlung nicht oder noch nicht gewirkt hat, - weil Ihnen eine Behandlung, zum Beispiel Bestrahlung oder eine Operation, Angst macht, - weil Sie Beschwerden haben, die Sie als Nebenwirkungen ansehen, - weil Sie Ihrem Arzt nicht ganz trauen, - weil der Behandlungsplan oder das Medikament geändert wurde - oder weil Sie nach einer Möglichkeit suchen, sich mit einer alternativen Methode behandeln zu lassen, die Ihnen speziell vertrauenswürdig erscheint.

Einen Überblick über verschiedene Behandlungsoptionen finden Sie in der Regel auf den Seiten der nationalen Patientenorganisationen und -Ligen. Wiederum gilt, dass Sie sich jederzeit eine Zweitmeinung bei einem anderen Arzt holen, oder die Informationen, die Sie im Internet gefunden haben, einem Arzt vorlegen dürfen. Sie sollten sich genau darüber informieren, welche Erfolgswahrscheinlichkeit die bisherige Behandlung hat und wie die neue abschneidet.

Alternativmedizin (Komplementärmedizin)

Alternative Heilmethoden können wirksam sein oder auch nicht. Im Vergleich zu konventionellen Behandlungsmethoden schneiden sie unter folgenden Voraussetzungen oft gut ab:

- Sie sind selbst überzeugt von Nützlichkeit und Wirkung alternativer Heilmethoden
- Sie kennen andere Personen mit ähnlichen oder gleichen Leiden, die beim ausgewählten Therapeuten/Therapeutin nach der Behandlung zufrieden waren
- Die Kosten der Behandlung sind überschaubar und für Sie tragbar
- Ihre Beschwerden sind durch langdauernde "unspezifische Symptome" gekennzeichnet. Dazu gehören zum Beispiel:
 - o Müdigkeit, Abgeschlagenheit
 - o Konzentrationsmangel, Reizbarkeit
 - o Schlafstörungen
 - o Schmerzen an wechselnden Stellen des Körpers
 - o Verdauungsstörungen (Aufstossen, Durchfall, Verstopfung)
 - o Leichte Temperaturerhöhung

Alternative Methoden können bei zahlreichen anderen Krankheitsbildern Wirkung zeigen. Eine Garantie für gute Wirkung gibt es aber nicht und Nebenwirkungen können wie in der Schulmedizin auftreten. Der Nutzen der Methoden wird in Internet-Darstellungen manchmal übertrieben wiedergegeben.

Eine weitgehend neutrale Übersicht findet sich in Wikipedia:
<http://de.wikipedia.org/wiki/Komplement%C3%A4rmedizin>

5. Gibt es Beweise für die Wirksamkeit einer bestimmten Behandlungsmethode?

Beachten Sie hierzu auch das entsprechende Kapitel in dieser Wegleitung: "**Der Beweis in der Medizin**".

Die Wirkung jedes Medikamentes und jeder neuen Behandlungsmethode muss heute mit Studien belegt werden. Diese Studien oder Zusammenfassungen davon sind im Internet nicht schwer zu finden. Die Aussagen verschiedener Studien können sich aber widersprechen. Um ein Medikament oder eine Behandlungsmethode zu beurteilen, sollten deshalb immer alle verfügbaren Studien dazu berücksichtigt werden. Solche Übersichten nennt man „Reviews“, „Systematische Reviews / Analysen“ oder "Meta-Analysen". Die grösste Aussagekraft ist in Meta-Analysen zu finden. Die Sprache ist sehr wissenschaftlich. Verständlicher sind Editorials der wichtigen medizinischen Zeitschriften.

Nützliche Informationen im Internet finden Sie wiederum auf den Seiten der Patienten-Organisationen und grossen Ligen oder auf den Seiten medizinischer Fachgesellschaften. Wenn Sie selbst eine Literatursuche durchführen wollen, so werden Sie bei [Medline](http://www.medline.de/) (<http://www.medline.de/>) fündig.

6. Nach Studien suchen

Die wichtigste Quelle für die medizinische Fachliteratur und angrenzende Fachgebiete ist das internationale medizinische Verzeichnis MEDLINE, das durch die Bibliothek des amerikanischen Kongresses permanent aktualisiert gehalten wird:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

Versuchen Sie es, wählen Sie den angegebenen Link und geben Sie einen Suchbegriff ein, der Sie interessiert. Zunächst können Sie mit den gefundenen wissenschaftlichen Berichten noch nicht viel

anfangen. Erst wenn Sie die Einstellungen unter "Display" auf "Abstract" oder "Abstract plus" geändert haben, erscheinen die Zusammenfassungen.

Einige Regeln:

- Geben Sie die Suchbegriffe nach Möglichkeit auf Englisch ein. Das erhöht den Erfolg der Suche.
- Sie können mehrere Begriffe mit "and" oder "or" kombinieren.
- Auch die Eingabe eines ganzen Satzes ist möglich, z.B. "is Penicillin effective against Borreliosis?"
- Sie können auch nach bestimmten Autoren oder in ausgewählten Journals suchen

Haben Sie Kommentare oder Ergänzungen zu dieser Seite? Senden Sie uns ein [Mail](#).