

# 健康情報に惑わされないためには

公衆衛生看護学 上級実践コース  
17mn008 遠藤海和

# 目的

健康情報がどこまで正しいかを見抜くために必要なことを考える

# テーマを選んだ理由

- 現代の情報化社会において、健康情報が大量に溢れかえっている
- どの情報が正しいかの、判断が難しい
- 自分自身の性格的にも騙されやすい
- 地域の健康を支える保健師として、自分と地域のヘルスリテラシーを高められるようになりたい

# NHKの事例

- NHKガッテン  
「睡眠薬で糖尿病治療できる」
- 医師「番組見たが、ちょっとひどい」



The screenshot shows the NHK Gatten website interface. At the top, there is a navigation bar with the NHK logo and various menu items. Below this is a search bar and a banner for the Gatten program, including its schedule: "毎週水曜よる7時30分" (Every Wednesday 7:30 PM) and "再放送 火曜午前0時10分" (Repeat broadcast Tuesday 0:10 AM). A horizontal menu contains categories like "トップ", "食", "健康", "レシピ", "住・美など", "番組Q&A", and "お問い合わせ". The main content area features a video player showing a man and a woman in a studio setting. The video title is "最新報告！血糖値を下げるデルタパワーの謎" (Latest report! The mystery of Delta Power that lowers blood sugar). Below the video, the broadcast date and time are listed: "2017年2月22日(水)午後7時30分" and "再放送 2017年2月28日(火)午前0時10分". To the right of the video, there is a "次回" (Next) section with a date and time: "3月1日(水)午後7時30分~" and a preview of the next episode's topic: "決定版！コラーゲンの効果100%活用SP(仮)".

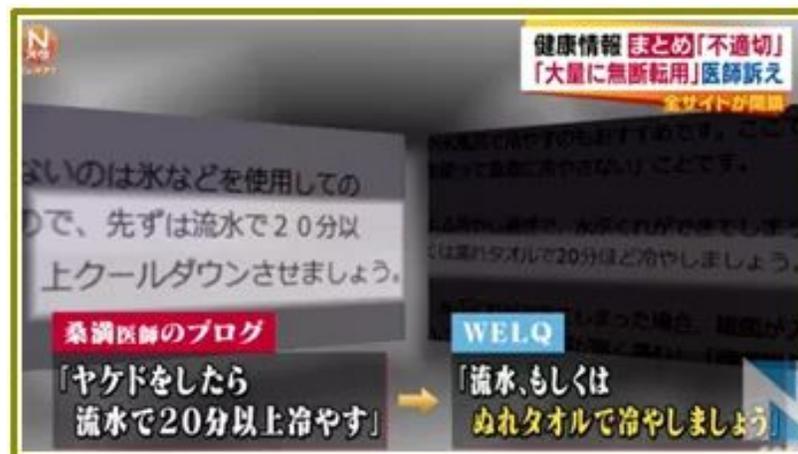
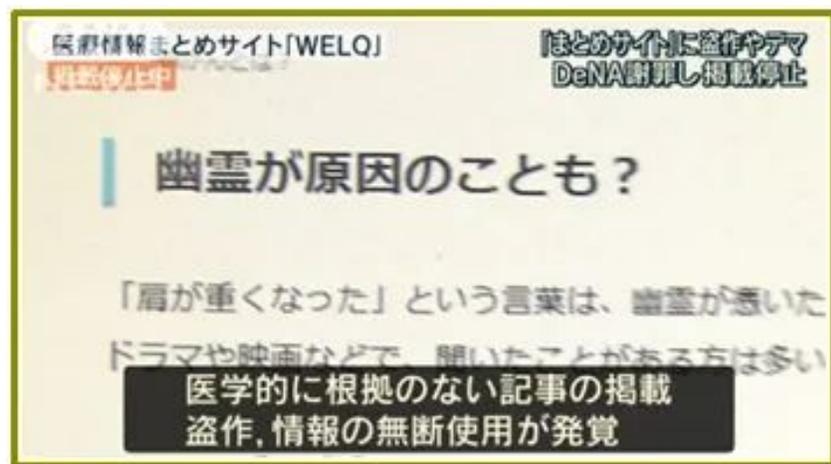
# NHKの事例

(誤)睡眠薬で糖尿病が  
予防・治療できる

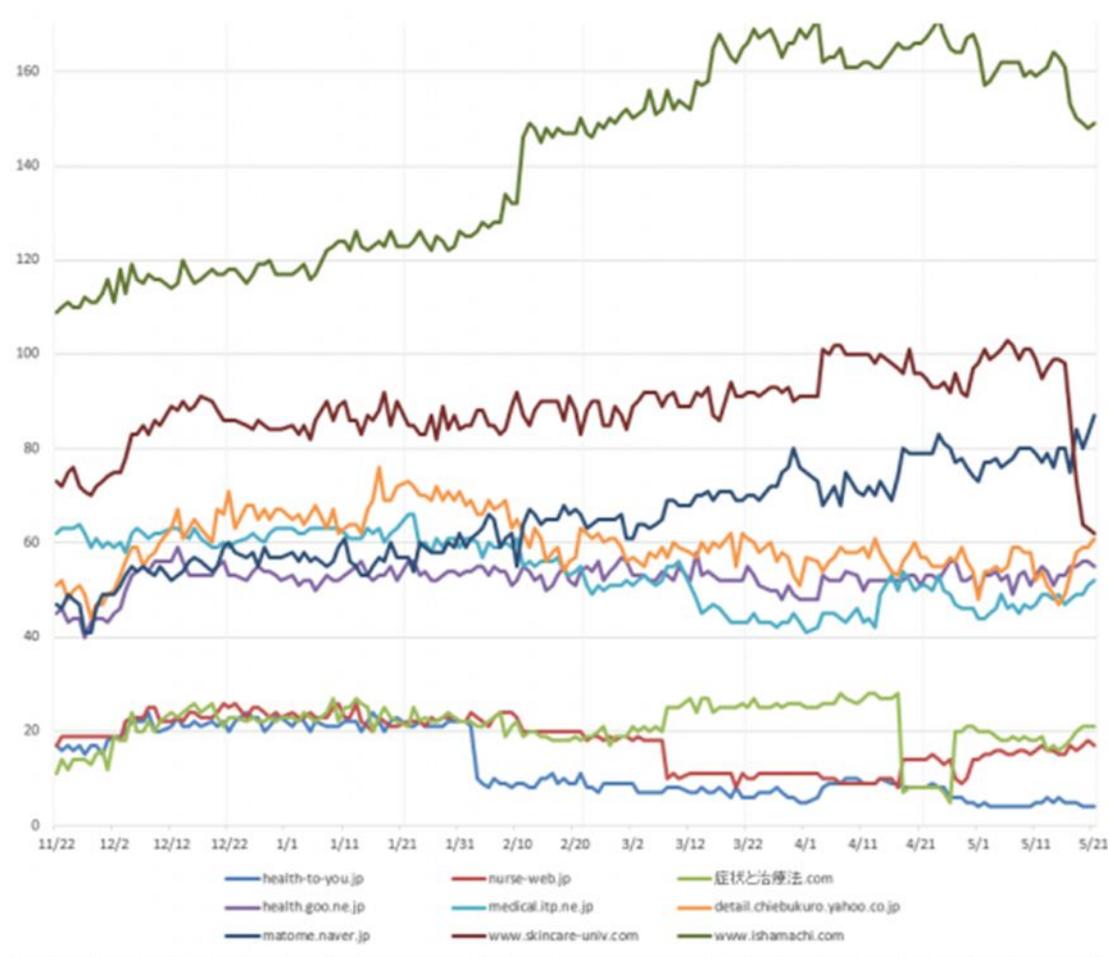
(正)睡眠障害の原因の一つに  
糖尿病による血管障害がある

# ネットに隠された落とし穴

- テレビは信用ならないから、ネットで調べてみようといっても...



# WELQ事件後の検索結果



# 厚生労働省のHP



検索

次へ>

がん対策

... ホーム > がん対策

協議会

年4月28日

www.mhlw

www.mhlw

[ www.mhlw

委員会

平成

www.mhlw

[ www.mhlw

がん対策情報 | 厚生労働省

... ホーム > 政策について > 分野別の政策一覧 > 健康・医療 > 健康 > がん対策情報。

がん対策情報、施策紹介; 関連情報。～がんを知り、がんに向き合い、がんに向けることのない社会の実現のために～。がん対策推進協議会、トピックス、...

www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryuu/kenkou/gan/ - 19k - キャッシュ

がん診療連携拠点病院等 | 厚生労働省

... ホーム > 政策について > 分野別の政策一覧 > 健康・医療 > 健康 >

がん対策情報 > がん診療連携拠点病院等。がん診療連携拠点病院等。

がん診療連携拠点病院等とは、... がん診療連携拠点病院等を探す、...

www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryuu/kenkou/gan/gan\_byoin.html - 15k - キャッシュ

[ www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya からの検索結果 ]

本当に欲しい  
情報なの??

## 分野別の政策

- 健康・医療**
  - 健康 > 食品 > 医療 > 医療保険
  - 医薬品・医療機器 > 生活衛生 > 水道
  - 注目のキーワード
    - 中東呼吸器症候群(MERS) > デング熱 > 予防接種 > 子宮頸がん予防ワクチン > 長期高齢者医療 > 診療報酬改定 > 食品中の放射性物質 > 発医薬品 > しん > 難病 > 報酬について > ワクチン > エイズ
- 子ども・子育て**
  - 子ども・子育て支援 > 職場における子育て支援
  - 注目のキーワード
    - 妊婦検診 > 育児休業 > 保育士 > 保育士不足 > 保育士養成
- 福祉・介護**
  - 障害者福祉 > 生活保護・福祉一般 > 介護・高齢者福祉
  - 注目のキーワード
    - 臨時給付金(簡素な給付措置) > 認知症サポーター > 介護サービス情報公表システム > 自殺 > 2017

どこを見ればいいの?!

# なぜこのような結果になるのか

## 「ヒューリスティック」

- 私たちは、なるべく早く楽に答えを出そうと  
してしまいがち
- とても話し上手な人の言うことを信じたり、  
十分なデータがなくても自分に都合よく捉  
えたりする

# どうやって情報を集めるか

- 1 情報提供の主体が明確なサイトの情報を利用する
- 2 営利性のない情報を利用する
- 3 客観的な裏付けがある科学的な情報を利用する
- 4 公共の医療機関、公的研究機関により提供される医療情報を主に利用する
- 5 常に新しい情報を利用する
- 6 複数の情報源を比較検討する
- 7 情報の利用は自己責任が原則
- 8 疑問があれば、専門家のアドバイスを求める
- 9 情報利用の結果を冷静に評価する
- 10 トラブルに遭った時は、専門家に相談する

(「インターネット上の医療情報の利用の手引き」から抜粋)

# 注意したいこと

- 情報に惑わされないこととして情報の「入手」「理解」「評価」にかかわることを記述してきた
- ただ、実際に健康情報を「活用」し意思決定を支援していくことまでが大切

# 今後の課題

- Medline Plusなどの公的なHPを作るべき、「健康を決める力」も検索上位に上がってくると良いのではないか
- 厚生労働省HPの改善、アクセスのしやすさ、知名度など
- どの程度エビデンスがあるかなどの指標も分かりやすく存在すると良い
  - 一般の人にも分かりやすい研究情報の開示
- テレビでの放送は責任を重くする

# まとめ

- ヘルスリテラシーを高める一つのコツとして、情報の利点と欠点の両方を考えることがあげられる
- 個人のヘルスリテラシー向上だけでは対処できない現状があるため、今後の課題で取り上げたような体制の変化が求められていると思う

# 参考文献

- J-castニュース

<https://www.j-cast.com/2017/02/24291584.html?p=all>

- WELQ退場から半年。事件は医療・健康系検索結果をどう変えたか？

<http://webweb.jp/blog/>

- 看護情報学 講義資料 2017

<http://www.nursessoul.info/nakayama/lec.htm>

- 日本インターネット医療協議会「インターネット上の医療情報の利用の手引き」

<http://www.jima.or.jp/userguide1.html>