

Ist das ein Fake?

Gesundheitsinformation Dr. Google kennt auf alles eine Antwort. Aber ist der auch zu trauen? Woran man gute Quellen erkennt und wann es sich lohnt, genauer hinzuschauen

Sie sind überall zu finden: auf Twitter, Facebook, Youtube oder Whatsapp. Falschmeldungen begegnen uns überall im digitalen Raum. Oftmals sind sie nicht sofort zu enttarnen. Im Gegenteil: Viele wirken auf den ersten Blick sogar seriös, zum Beispiel wenn sie sich auf vermeintlich reale Fakten, Zahlen oder Studien beziehen. Andere locken mit bisher unveröffentlichten Interna. So auch eine Whatsapp-Sprachnachricht im März 2020, mit der eine Frau in der für viele verwirrenden ersten Phase der Corona-Pandemie vor der Einnahme von Schmerzmitteln mit dem Wirkstoff Ibuprofen warnte. Sie selbst wisse von diesen unveröffentlichten Forschungsergebnissen über eine Bekannte, die einen Mitarbeiter an der Wiener Uniklinik kenne. Die Nachricht klang für viele authentisch und echt. War sie aber nicht.

Mythen verbreiten sich schnell

Ein paar Monate später verbreitete sich über Whatsapp eine Nachricht, in der eine unbekannte Frauenstimme Falschmeldungen über mögliche Corona-Impfstoffe verbreitete. Ein Virologe der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) in München habe ihr diese noch unveröffentlichte Information vorab zugesteckt. Auch das klang glaubwürdig, war aber genauso ein Fake.

Diese Beispiele seien typisch, meint Bernd Kerschner, der als wissenschaftlicher Mitarbeiter an der unabhängigen Plattform „Medizin transparent“ des Cochrane Zentrums Österreich an der Donau-Universität Krems



Nachrichten auf die Wahrheit überprüfen? Wichtig, aber nicht immer ganz einfach

Foto: plainpicture/Lina Arvidsson. Illustration: W&B/Astrid Zacharias

mitarbeitet: „Ob eine Nachricht wahr oder falsch ist, ist nicht immer leicht zu erkennen.“ Manche Mythen würden sich rasend schnell verbreiten und seien nicht leicht zu widerlegen. In den sozialen Medien wurde etwa häufig Silberwasser als Wundermittel gegen eine mögliche Infektion mit dem Coronavirus angepriesen. Wissenschaftler halten diese Aussage für nicht belegt und absolut unseriös. „Es gibt keinerlei Studien, die eine solche Wirkung belegen würden“, sagt Kerschner. „Aber es gibt klare Hinweise darauf, dass Silberwasser gesundheitsschädlich sein kann.“

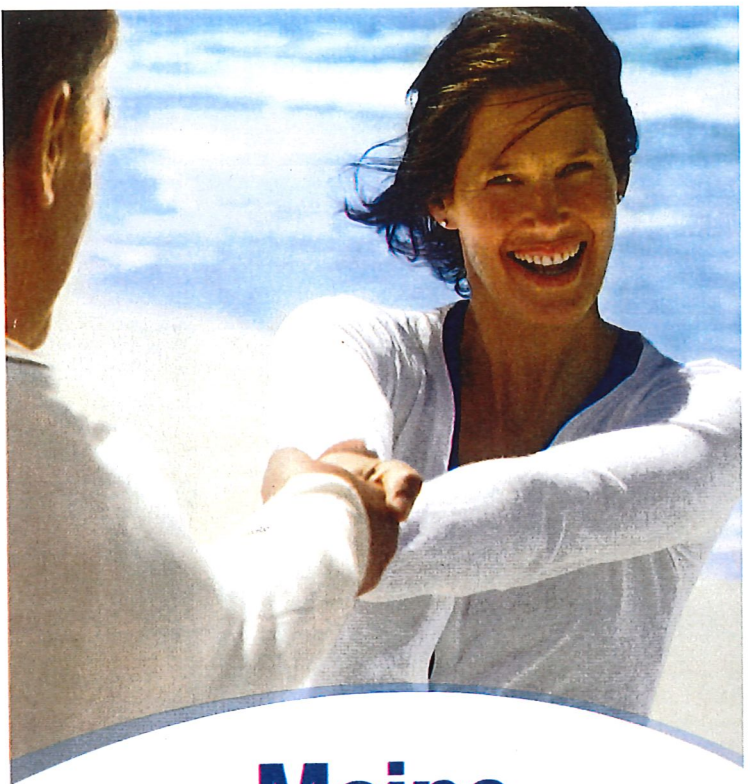
Fakten-Check kostet Zeit

Professorin Eva Baumann vom Hannover Center for Health Communication an der dortigen Hochschule für Musik, Theater und Medien unterscheidet bei falschen Nachrichten: „Meldungen, die verkürzt, falsch zitiert oder schlecht recherchiert sind, sind ein journalistisches Qualitätsproblem.“ Fake News definiert sie als absichtlich gefälschte Nachrichten, die zum Zwecke politischer oder ideologischer Ziele manipulieren sollen. „Nachrichten zu hinterfragen und zu überprüfen kostet Mühe und Zeit“, sagt Baumann. Aber es ist die Mühe wert. Erste Anhaltspunkte bieten Ihnen die folgenden Tipps.



Reißerischen Schlagzeilen misstrauen

„Gesundheitsinformationen sollten neutral und sachlich geschrieben sein“, sagt Eva Baumann. Ist von einem Wundermittel die Rede, löst eine Nachricht Angst oder ein unangenehmes Gefühl aus, sollte man **misstrauisch** werden. Der Experte für Gesundheitsinformation Kerschner rät dazu, auch kritisch zu sein, wenn Heilmethoden **schlechtgeredet** werden: „Jede Therapie hat Vor- und Nachteile. Wird nur **einseitig** positiv oder negativ darüber berichtet, sollte das stutzig machen.“ →



Meine Energie-Kur
Entsäuerung mit Basica®

Ein stabiles Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Voraussetzung für Vitalität und Wohlbefinden.

Basica® weckt die körpereigene Energie.

Die ausgewählte Kombination basischer Mineralstoffe und wertvoller Spurenelemente*

- stabilisiert das Säure-Basen-Gleichgewicht
- vitalisiert Körper und Geist



Deutschlands beliebteste Basenmarke¹

* Basica® enthält Zink, das zu einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt und zu normaler geistiger Leistungsfähigkeit beiträgt, sowie Calcium für einen vitalen Energiestoffwechsel und Magnesium zur Reduzierung von Müdigkeit und Erschöpfung. ¹ IQVIA, 2019

Basica®. Das Original – in Ihrer Apotheke.



Absender überprüfen

„Ganz wichtig: Wo hat eine Nachricht ihren Ursprung?“, erklärt Medienexpertin Eva Baumann. Kritische Leser sollten herausfinden, auf wen oder was der Inhalt zurückgehe. „Wer hat die Nachricht verschickt und über welche Kanäle wurde sie bereits weitergeleitet?“, so Baumann. Kann man die Person, das Institut, die Forscher selbst kontaktieren? Steht ein Autor unter dem Artikel?

Falls sich keine **Kontaktmöglichkeiten** per Telefon oder E-Mail finden lassen, rät Bernd Kerschner dazu, auf das Bauchgefühl zu hören: „Wenn der Inhalt beunruhigt, sollte man **skeptisch** werden, selbst wenn ein Autor unter dem Artikel zu finden ist.“



Weitere Quellen heranziehen

„Eine Information sollte immer auch durch eine andere **Quelle** untermauert werden“, erläutert Baumann. Wenn jemand bei Facebook oder auf seinem Blog behauptet, dass es ein hochwirksames Mittel gegen eine Krankheit gibt, sollte man als Leser unbedingt zusätzliche verlässliche Quellen hinzuziehen.

„Es ist eine **Herausforderung**, falsche Nachrichten aufzudecken“, so Baumann. „Besonders, wenn man selbst kein Spezialist auf dem Themengebiet ist.“ **Qualitätsgesicherte Quellen** mit verlässlichen Informationen, wie etwa das Robert Koch-Institut, können dann weiterhelfen.



Bernd Kerschner ist wissenschaftlicher Mitarbeiter am Department für evidenzbasierte Medizin an der österreichischen Donau-Universität Krems



Versteckte Werbung erkennen

Wird ein Medikament oder eine Therapie verdächtig **hochgelobt**? Gibt es möglicherweise einen direkten Link zu einem Shop, in dem die Produkte erworben werden können? „Das sollte Leser hellhörig werden lassen“, so Kerschner. Falls eine Herstellerfirma hinter der Information steckt, lässt sich das durch einen Blick ins **Impressum** klären.

„Eine gute und verlässliche Information über Krankheiten sollte verständlich und anschaulich, gleichzeitig **objektiv und transparent** sein“, erklärt Baumann. Nur wer unabhängig berichtet und keine direkt kommerziellen Interessen verfolgt, kann dies gewährleisten.



Auf Qualitätssiegel achten

„Eine Hilfe, um Qualität und Transparenz von Informationen einzuschätzen, können Siegel sein“, so Baumann. Zum Beispiel vergeben die Organisation Health On the Net (HON) und das Aktionsforum Gesundheitsinformationssystem (afgis) **Siegel für Online-Gesundheitsinformationen**. Finden sich deren Siegel auf einer Webseite, bedeutet dies: Der Absender gibt an, wie er sich finanziert, und legt offen, wer für die Information verantwortlich ist. Allerdings überprüfen diese Organisationen die Qualität der Inhalte nur am Rande.

Wichtig: Ist die Auszeichnung noch gültig? Dies lässt sich mit einem Klick auf das Siegel kontrollieren. **Larissa Gaub** ■



Gesundheitsinformationen aus qualitätsgesicherten Quellen finden Sie beim Robert Koch-Institut: www.rki.de