

AGNIESZKA WOJTECKA, MAŁGORZATA WOJNAROWSKA,  
MARZENA ZARZECZNA-BARAN

## WYKORZYSTANIE INTERNETU JAKO ŹRÓDŁA INFORMACJI O ZDROWIU. PRZEGLĄD WYBRANYCH BADAŃ NA ŚWIECIE

### USE OF THE INTERNET AS A SOURCE OF HEALTH INFORMATION. REVIEW OF SELECTED STUDIES IN THE WORLD

Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej  
Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego  
kierownik: dr n. med. Marzena Zarzeczna Baran

Celem niniejszej pracy było sformułowanie rekomendacji dopasowanych do warunków polskich, dotyczących projektowania i prowadzenia kampanii zdrowotnych oraz stron internetowych poruszających tematy zdrowia i problemów zdrowotnych. W tym celu dokonano przeglądu wybranych publikacji, opisujących wyniki badań przeprowadzonych na świecie. Stwierdzono, że Internet jest istotnym nośnikiem informacji, kształtującym zachowania zdrowotne młodych ludzi. Kobiety częściej niż mężczyźni posługują się Internetem, w celu znalezienia informacji o problemach zdrowotnych, natomiast mężczyźni częściej deklarują większą chęć do korzystania z porad *online*. Grupą pacjentów, którzy szczególnie wymagają adresowanych do nich stron są osoby przewlekle chore. Istotną korzyścią dla internautów, wynikającą z zamieszczania rzetelnych, opartych o dowody informacji jest zmiana zachowań na prozdrowotne.

#### WSTĘP

W roku 2015 w Polsce prawie 40% użytkowników Internetu wyszukiwało informacji dotyczących zdrowia i problemów zdrowotnych, to jest o 7,5% więcej niż w roku 2012. Znacznie mniej popularne jest umawianie się na wizyty u lekarza, z takiej możliwości korzystało 5,6% użytkowników Internetu, a aby zamówić produkty związane ze zdrowiem – 4,4% [7].

Obecnie w Internecie można znaleźć wiele informacji na temat dostępności do określonych terapii, opcji leczenia, informacji o lekach czy lekarzach, a także o zasadach prowadzenia zdrowego stylu życia, dietach i produktach leczniczych. Takiej sytuacji sprzyja coraz lepszy i bardziej powszechny dostęp do sieci internetowej. Uznaje się, że obecnie Internet spełnia dwojakie funkcje – edukacyjną i motywacyjną. Pierwsza z nich związana jest z tym, że jest

źródłem informacji, z których mogą korzystać wszyscy członkowie społeczeństwa. Druga natomiast dotyczy nabywania wiedzy o odpowiednich nawykach sprzyjających umacnianiu zdrowia [10, 11].

Dzięki łatwej dostępności do informacji powiązanych ze zdrowiem i chorobą coraz częściej można zaobserwować też zjawisko wywierania na lekarzach wpływu przez pacjentów, którzy domagają się potwierdzenia uprzednio samodzielnie postawionej diagnozy na podstawie wiedzy zdobytej w Internecie oraz akceptacji wybranej przez pacjenta metody leczenia [11].

Z drugiej strony informowanie pacjenta na temat stosowanych metod leczenia jest obecnie wskazywane jako zachowanie pożądane dla wsparcia terapii. Coraz częściej rekomenduje się odchodzenie od paternalistycznego modelu relacji lekarz-pacjent na rzecz modelu współpodejmowania decyzji [1].

Wzrost zainteresowania Internetem jako źródłem informacji o zdrowiu skłonił badaczy do zadania pytań dotyczących profilu internautów oraz stopnia zaufania, z jakim internauci podchodzą do informacji uzyskanych *online*.

Badacze, którzy zajmują się zarówno charakterystyką tych osób, jak i charakterystyką wyszukiwanych informacji, podzielili problemy według następujących kryteriów:

- korzystający z Internetu z powodu nagłych problemów zdrowotnych,
- korzystający z Internetu z powodu chorób przewlekłych,
- korzystający z Internetu dla własnych korzyści lub w imieniu innych osób,
- korzystający z Internetu, którzy czują się dobrze, ale szukają informacji ogólnych [4, 5].

Dlatego przed projektowaniem kampanii zdrowotnych i stron internetowych poruszających tematy zdrowia i problemów zdrowotnych warto zapoznać się z interesującymi wynikami badań przeprowadzonych w innych krajach. Autorzy przedstawiają przegląd wybranych wyników w tym zakresie, aby można było sformułować rekomendacje dopasowane do warunków polskich.

## KRYTERIUM WIEKU

Dla osób, które w wieku starszym mają jedną lub wiele chorób przewlekłych Internet może stać się bardzo dobrym źródłem informacji o zdrowiu, tym bardziej, że jest to narzędzie wygodne i niedrogie. Jednak jak pokazuje amerykańskie badanie Pew Internet, 59% osób dorosłych w wieku 50–64 lat i tylko 27% osób w wieku powyżej 65. roku życia szuka w Internecie informacji na temat zdrowia i problemów zdrowotnych [6]. Amerykanie przeprowadzili także badanie dotyczące poziomu zaufania, jakie osoby dorosłe mają do informacji o zdrowiu zamieszczonych *online*. Do badania zaproszono osoby w wieku 50 lat i starsze [12]. Stwierdzono, że zaufanie do Internetu jako źródła informacji o zdrowiu jest powiązane z użyciem go do znalezienia informacji o określonych symptomach choroby, a także do zakupu leków, porównaniu ich cen, uzyskaniu informacji o lekarzach, oraz konsultacją z lekarzem na temat informacji znalezionych *online*. Im częściej używano Internetu w celach szukania informacji o zdrowiu, tym częściej ufano znalezionym tam informacjom. Jednak osoby w wieku 65 lat i starsze miały mniejsze zaufanie do danych w sieci, nawet jeśli strony internetowe były dopasowane do odbiorców bez doświadczenia i technicznego obycia. Ponadto inną barierą było przekonanie użytkowników o braku efektywnego mechanizmu kontroli treści internetowych oraz podejrzenie ryzyka powielania fałszywych informacji, a także ich przytłaczająca ilość. Dlatego w dobie coraz szerszego wykorzystywania Internetu ważne jest,

aby starsze osoby były prowadzone za pomocą narzędzi i wiedzy, które zwiększają zaufanie do informacji zamieszczanych *online*. A zatem rekomenduje się rozwój i promocję prostych i godnych zaufania stron internetowych oraz portali, które wydają się istotnym krokiem w poprawie dostępności do użytecznych źródeł informacji adresowanych do osób starszych. Kolejne badania powinny skupić się na odpowiednich projektach stron oraz ich zawartości i funkcjonalności, które będą optymalizowały wartość tych źródeł.

Z kolei badania francuskie skupiają się na charakterystyce młodych ludzi poszukujących informacji powiązanych ze zdrowiem [2]. We Francji 75% populacji ma dostęp do Internetu, przy czym w grupie osób w wieku 12-17 lat korzysta z niego 99%, natomiast wśród osób powyżej 70. roku życia 22% populacji. Spośród 977 zaproszonych do badania użytkowników w wieku 15-30 lat, ponad połowa (51,5%) nie korzystała z Internetu w celu wyszukiwania informacji o zdrowiu w ciągu ostatnich 12 miesięcy, z czego trzy czwarte uzasadniało swoją decyzję pozyskiwaniem wiedzy z innych źródeł. Również tyle samo młodych ludzi preferowało wizyty u lekarza, a aż 67,2% nie ufało informacjom zamieszczanym w Internecie. Prawie połowa (48,5%) badanych przyznawała się do wykorzystania Internetu jako źródła informacji o zdrowiu i problemach zdrowotnych. Do tematów wyszukiwanych *online* należały ogólne informacje o zdrowiu lub o specyficznych problemach zdrowotnych, na przykład o grypie (44,6%). Ponadto w badanej grupie, w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie, prawie 9% przyznało, że przynajmniej raz w tygodniu poszukiwało informacji związanych ze zdrowiem, 18,7% raz w miesiącu, a 20,9% rzadziej. Okazuje się także, że w porównaniu z osobami w wieku 15-19 lat osoby z grupy wiekowej 26-30 lat chętniej niż w grupie 15-19 lat osoby korzystają z Internetu, aby pozyskać informacje o zdrowiu.

Zbadano także zależność korzystania z informacji *online* od rodzaju wykonywanej pracy. Pracownicy niższego szczebla i robotnicy rzadziej korzystali z sieci niż kierownicy i menadżerowie, a także rzadziej w ogóle korzystali z jakichkolwiek zasobów internetowych.

Okolo 80% badanych osób deklarujących wyszukiwanie informacji w sieci ufa znalezionym źródłom.

Interesujący okazał się wpływ Internetu na korzystanie z porad lekarza. Prawie 3 osoby na 10 badanych deklarowało zastępowanie wizyty u lekarza korzystaniem z informacji znalezionych *online*. Niemal tyle samo osób wyszukiwało dodatkowych informacji w sieci po wizycie u lekarza, przy czym najczęściej były to osoby z grupy 26-30 lat.

Wykazano też, że informacje zamieszczane *online* mają wpływ na zachowania zdrowotne młodych ludzi. Ponad jedna trzecia z nich zmieniła swoje zachowania z ryzykownych na prozdrowotne, a ponad 11% skorzystało z wizyty u lekarza w efekcie informacji znalezionych w Internecie.

Dlatego projektując kampanie zdrowotne kierowane do młodych ludzi nie należy pomijać Internetu, który jest istotnym nośnikiem informacji w ich życiu.

## KRYTERIUM PŁCI

Badacze Bidmon i Tertuller, przeprowadzili w Niemczech badanie związane z różnicami, jakie występują w zależności od płci, w szukaniu *online* informacji o zdrowiu [3]. Okazuje się, że kobiety są bardziej zaangażowane w wykorzystanie Internetu niż mężczyźni. Wyniki te potwierdzają prezentowane wyżej badania, przeprowadzone we Francji na grupie młodych

ludzi w wieku 15-30 lat [2]. Tam również stwierdzono, że szczególnie kobiety z problemami psychicznymi, a także będące w ciąży lub mające jedno dziecko częściej niż mężczyźni sięgają do zasobów internetowych, aby uzupełnić wiedzę o interesującym je problemie.

W badaniu niemieckim stwierdzono, że kobiety znajdowały więcej przyjemności w tego typu aktywności, a ponadto oceniały znalezione informacje jako bardziej przydatne, niż miało to miejsce w ocenie mężczyzn. W odniesieniu do przyszłych, możliwych do zastosowania informacji mężczyźni deklarowali większą skłonność do wykorzystania Internetu w celu otrzymywania porad *online* od lekarza pierwszego kontaktu, rezygnując tym samym z osobistego spotkania. Mężczyźni byli także bardziej skłonni zapłacić dodatkowo za porady *online*. Okazało się też, że w ocenie ankietowanych mężczyzn to właśnie oni uważali, iż mają wysokie kompetencje w zakresie użycia Internetu, a kobiety oceniały swoje kompetencje niżej niż mężczyźni. Ponadto kobiety używane o znaczenie różnych źródeł informacji o zdrowiu, Internet wymienili po przyjaciółach, książkach, czasopiśmie, ale przed farmaceutami. Używanie popularnych przeglądarek (Google, Bing, Yahoo!) deklarowały głównie kobiety, natomiast mężczyźni częściej używali oprogramowania na telefony komórkowe.

Jak zauważają w podsumowaniu Bidmon i Tertuller większe zainteresowanie kobiet stronami internetowymi może być interesujące dla rządu, na przykład przy tworzeniu kampanii zdrowotnych *online*. Natomiast do mężczyzn można skierować w przyszłości porady lekarskie *online*, oraz aplikacje o charakterze edukacyjnym.

Jednocześnie zauważono, że z dużego zainteresowania kobiet informacjami zamieszczanymi *online* korzystają firmy farmaceutyczne, które przede wszystkim właśnie do tej grupy docelowej kierują reklamę produktów farmaceutycznych i suplementów diety.

Dlatego istotne wydaje się adresowanie do kobiet rzetelnych, opartych o dowody, informacji o zdrowiu, których publikacją zajęłyby się niezależne od przemysłu organizacje.

## KRYTERIUM PRZYCZYŃ ZDROWOTNYCH

Istotną motywacją szukania informacji w Internecie są też występujące problemy, takie jak zła samoocena własnej kondycji zdrowotnej czy problemy psychiczne. Wyniki badania opublikowanego przez Younga Sama i Na Kyonga Songa pokazują, że osoby źle oceniające swój stan zdrowia, posiadające wysoki poziom poczucia występowania u siebie problemów psychicznych, są bardziej skłonne do poszukiwania informacji *online* w celu poradzenia sobie z danym problemem zdrowotnym [9]. Im większy wydaje się problem zdrowotny, tym większe zapotrzebowanie na informacje zamieszczone *online* i częstsza praktyka ich poszukiwania. Podobnie jak w wyżej cytowanych badaniach, najczęściej informacji o problemach zdrowotnych szukają ludzie młodzi. Nie znaleziono istotnych zależności pomiędzy szukaniem informacji *online* a diagnozą związaną z rozpoznaniem nowotworu. Natomiast stwierdzono istotną zależność pomiędzy występowaniem problemów psychicznych a szukaniem informacji w Internecie. Badanie wskazało także na zależność pomiędzy wiekiem i płcią a wyszukiwaniem informacji w Internecie. Dorośli w wieku średnim i starszym rzadziej szukali informacji w sieci niż młodzi dorośli. Także mężczyźni wykazywali mniejszą skłonność do szukania informacji na stronach internetowych niż kobiety, co jest zbieżne z niemieckimi wynikami badań [3]. Ponadto Young Sam i Na Kyin Song stwierdzili, że w porównaniu z osobami wykształconymi osoby z niższym wykształceniem mają większe problemy ze znalezieniem

informacji, ich zrozumieniem szczególnie kiedy są napisane żargonem medycznym, oraz nie potrafią zinterpretować powiązanych z nimi statystyk.

Jako zaskakujący wynik tego badania uznano, że osoby z rozpoznaniem nowotworem lub posiadające w rodzinie kogoś z takim rozpoznaniem, nie były bardziej niż inni zainteresowane wyszukiwaniem w Internecie informacji wspierających proces leczenia. Potwierdza to australijskie badanie, z którego wynika, że ludzie chorzy na raka i ich rodziny przede wszystkim opierają się na informacjach uzyskanych od lekarzy prowadzących oraz na materiałach przez nich wskazanych [8].

Opublikowane w 2014 roku badanie dotyczące wykorzystania Internetu przeprowadzono w zachodniej części Australii, na grupie dorosłych, którzy mieli przynajmniej jedną chorobę przewlekłą i właśnie na jej temat szukali informacji *online* [8]. W ramach tego badania przeprowadzono 14 wywiadów, dzięki którym zidentyfikowano główne bariery w wykorzystaniu Internetu. Były nimi ograniczone zasoby informacji dostępnych w sieci, a także niezgodność pomiędzy różnymi źródłami. Potrzeby związane z nawigacją definiowane były głównie jako możliwość otrzymania odnośników do adekwatnych źródeł *online* od lekarza prowadzącego oraz poprawa efektywności filtrowania danych.

W badaniu wskazano, że wymagania związane z leczeniem chorób przewlekłych, w tym specjalnym trybem życia tych pacjentów, oraz potrzeby regularnych spotkań z lekarzem, były powodem częstego wyszukiwania informacji mających na celu wsparcie terapii. Ten wynik pokazuje szczególną rolę profesjonalistów medycznych we wpływaniu na zachowania pacjentów z chorobami przewlekłymi, poprzez rekomendowanie właściwych adresów stron dostępnych *online*.

Ważną rolę w kształtowaniu zachowań pacjentów z chorobami przewlekłymi pełni też wykorzystanie popularnych wyszukiwarek. Pacjenci wyrażali zaufanie do wyszukiwarki Google i uważali, że to właśnie ta wyszukiwarka naprowadzi ich na właściwe informacje. Posługiwanie się Google głównie wynikało z nieznamomości adresów stron dla specyficznych grup pacjentów, a zawierających treści odpowiednio zredagowane i sprawdzone.

Istotnym rezultatem tego badania, skupiającego się właśnie na osobach, których chorowanie jest przewlekłe a kontakty z lekarzem nieuniknione i częste, jest potrzeba rekomendowania przez profesjonalistów medycznych tych stron *online*, które są specjalnie adresowane do danej grupy pacjentów. Dzięki temu, pacjenci mogą uniknąć niepotrzebnego wysiłku oraz poświęcania czasu na studiowanie stron o nierecenzowanej zawartości lub napisanych zbyt fachowo, niezrozumiałym dla nich językiem.

## PODSUMOWANIE

Przy obecnym, coraz szerszym wykorzystaniu Internetu wydaje się niemożliwe zrezygnowanie z niego przy prowadzeniu szeroko rozumianej edukacji zdrowotnej. Dlatego ważne jest przeprowadzenie badań na gruncie polskim, identyfikujących cechy tych użytkowników Internetu, którzy korzystają z niego w celu szukania informacji o sposobach zachowania zdrowia i o problemach zdrowotnych. Istotną korzyścią w wykorzystaniu sieci jest zmiana zachowań na prozdrowotne. Dlatego badania powinny dotyczyć takich problemów jak: umiejętność poruszania się po Internecie, efektywność i trafność wyszukiwanych informacji w celu pozyskania w jak najkrótszym czasie jak najlepszych wiadomości. Dobrze zaprojektowane

strony internetowe, zawierające treści adekwatne do potrzeb poszczególnych grup odbiorców, mogą stanowić doskonale wsparcie w promocji zdrowia lub w leczeniu chorób. Ponadto Internet jest tanim medium, a zatem identyfikacja barier i próba pokonania tych, które towarzyszą przede wszystkim starszym użytkownikom, wydaje się tym bardziej zasadna.

## PIŚMIENNICTWO

1. Anker A.E., Reinhart A.M., Feeley T.H.: Health information seeking: a review of measures and methods. *Patient Educ. Couns.* 2011, 82, 3, 346. – 2. Beck F., Richard J.B., Nguyen-Thanh V., Montagni I., Parizot I., Renahy E.: Use of the internet as a health information resource among French young adults: results from a nationally representative survey. *J. Med. Internet Res.* 2014, 16, 5, e128. – 3. Bidmon S., Terlutter R.: Gender differences in searching for health information on the internet and the virtual patient-physician relationship in Germany: exploratory results on how men and women differ and why. *J. Med. Internet Res.* 2015, 17, 6, e156. – 4. Cain M.M., Sarahson-Kahn J., Wayne J.C.: Health e-People. The online consumer experience. Oakland : California HealthCare Foundation, 2000. – 5. Car J., Lang B., Colledge A., Ung C., Majeed A.: Interventions for enhancing consumers' online health literacy. *Cochrane Database Syst. Rev.* 2011, 6, art.CD007092. – 6. Fox S., Jones S.: The social life of health information [dokument elektroniczny] [http://www.pewinternet.org/files/old-media//Files/Reports/2009/PIP\\_Health\\_2009.pdf](http://www.pewinternet.org/files/old-media//Files/Reports/2009/PIP_Health_2009.pdf) [dostęp 12.07.2016] – 7. Główny Urząd Statystyczny: Społeczeństwo informacyjne w Polsce w 2015 r. Opracowanie sygnalne. Warszawa : GUS, 2015. – 8. Lee K., Hoti K., Hughes J.D., Emmerton L.: Dr Google and the consumer: a qualitative study exploring the navigational needs and online health information-seeking behaviors of consumers with chronic health conditions. *J. Med. Internet Res.* 2014, 16, 12, e262. – 9. Oh Y.S., Song N.K.: Investigating relationships between health-related problems and online health information seeking. *Comput. Inform. Nurs.* 2016, DOI:10.1097/CIN0000000000000234. – 10. Pęgiel-Kamrat J., Zarzeczna-Baran M., Jędrzejczyk T., Wojdak-Haasa E., Zdrojewski T.: Znaczenie strony internetowej w programach profilaktycznych na przykładzie Polskiego Projektu 400 Miast. *Ann. Univ. Mariae Curie-Skłodowska. Sect. D Med.* 2006, 60, 6, suppl.16, 56.
11. Szymczyk D.M., Grela M., Horoch A., Smoleń A.: Wykorzystanie Internetu jako źródła informacji o zdrowiu i chorobie w ocenie studentów uczelni lubelskich. *Med. Og. Nauk Zdr.* 2015, 21, 2, 221. – 12. Zulman D.M., Kirch M., Zheng K., An L.C.: Trust in the internet as a health resource among older adults: analysis of data from a nationally representative survey. *J. Med. Internet Res.* 2011, 13, 1, e19.

A. Wojtecka, M. Wojnarowska, M. Zarzeczna-Baran

### USE OF THE INTERNET AS A SOURCE OF HEALTH INFORMATION. REVIEW OF SELECTED STUDIES IN THE WORLD

#### Summary

Internet is more frequently becoming the source of information concerning health and health problems. People more willingly use the net to visit numerous sites, also social network sites, in order to gain information as well as share their own experience. Hence, wide access to high quality information may substantially affect health related decisions. The awareness of both benefits rising from the usage of internet and its threats or barriers can constitute the foundation for better design of health educational campaigns or network sites. Information accessible via internet should be dedicated to specified groups of addressees defined on the basis of factors such as: age, health problem or sex. This work presents the review of worldwide surveys' results concerned with the usage of internet for health and health problems purposes.

Adres: dr n.med. Agnieszka Wojtecka  
Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej GUMed  
Al. Zwycięstwa 42a, 80-211 Gdańsk