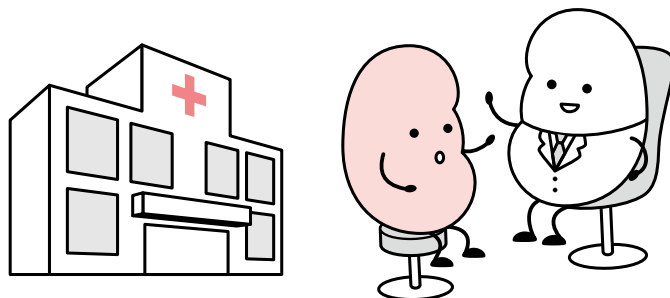


CKDの情報収集の心得

慢性腎臓病

主治医をはじめとする医療者が、最も大切な情報源です。

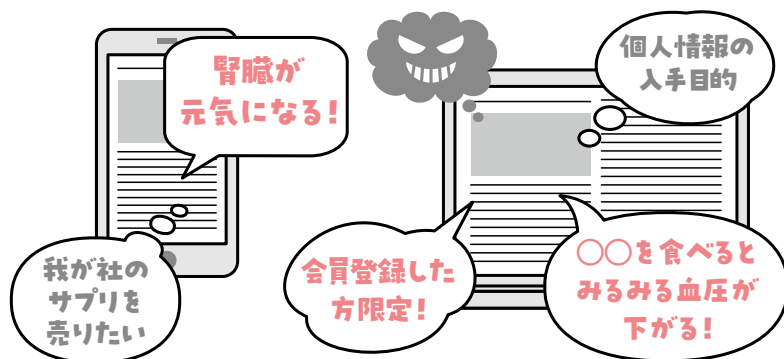
疑問に思ったことや聞きたいことは、まず主治医に相談してみましょう。診察時間が限られている場合や、主治医と相性が合わないと感じる場合は、看護師や他の医療者に相談しても良いですね。



情報には営利性があるものもあります。

情報には、何らかの意図が込められていることがあります。商品売り込むための偏った情報や、危険な勧誘、個人情報取得を目的としたものも存在します。

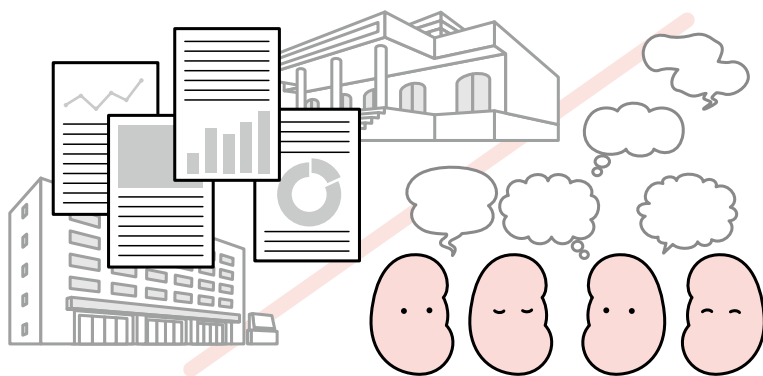
できる限り営利目的ではない情報源を選ぶことが大切です。



情報の性質を知って、意識して使い分けましょう。

公的医療機関や公的研究機関が提供する情報は、客観性が高く偏りが少ないため、信頼性の高い情報を得るための情報源として利用できます。

一方、同じ病気を経験した方による個人的な体験談は、気持ちやこころの面で支えとなる効果が期待できます。



裏面は 信頼性が高い健康情報を手に入れるためのポイント



みんなでつくろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

運営

一般社団法人
ピーペック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>

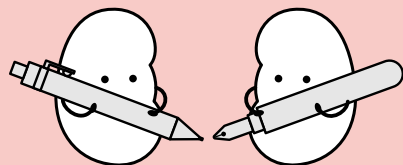


CKDの情報収集のポイント

慢性腎臓病

信頼性が高い健康情報を手に入れるためのポイント

か 書いている、発信しているのは誰？



信頼できる専門家や公的な組織、信頼できる組織などが発信している情報でしょうか。

ち 違う情報と比べたか？



1つだけでなく複数の情報を調べ、比較し違いを明らかにしてみると、分かることがあります。

も 元ネタ(根拠)は何か？



出典などの元となる情報源が明確で、裏付けがしっかりしているものが信頼性が高い情報と言えます。

な 何のための情報か？



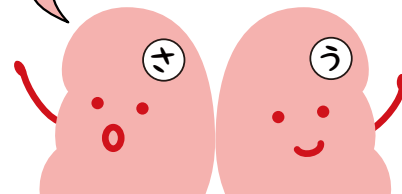
広告や商業目的の情報の場合、情報に偏りがあるかもしれません。広告であることを隠して口コミや意見のように商品やサービスを紹介しているケースもあります。

い いつの情報か？

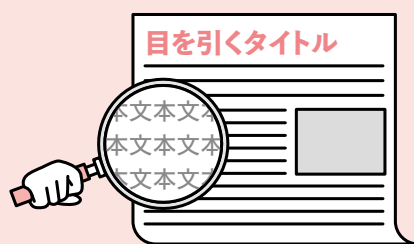


作成日や更新日で、その情報が最新か古いものが判断できます。

ここまでは「か・ち・も・な・い (価値もない)」と覚えよう。「い・な・か・も・ち (田舎もち)」で覚えてもいいよ。

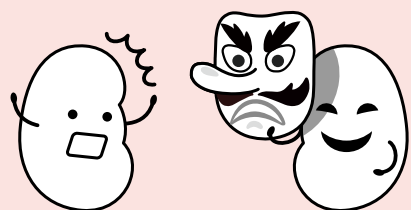


本文を読もう



目を引いてクリックを誘うための奇妙で過剰な見出しかもしれません。

これってジョーク？



奇妙すぎる情報は、風刺や冗談かもしれません。

自分のバイアスをチェック



自分の思い込みが判断に影響しているかもしれません。

中山 和弘 (著)『これからのヘルスリテラシー 健康を決める力』講談社 (2022/12/8)
国際図書館連盟 (IFLA)「偽ニュースを見極めるには」<https://repository.ifla.org/items/adb8f7b7-fdbf-4eb1-997e-af0f1d0df700>
を基に作成



みんなでつくり、これからの医療
with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>
患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド

運営

一般社団法人
ピーベック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト
「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための
<https://jinlab.jp/>

