

LEBENS-ART COVER

**CLAUDIA FRANNER, 42, OPERNSÄNGERIN**

„Ich leide unter Migräne. Meine Websuche ergab, dass ich Schlaganfallgefährdet bin.“

Unnötige Angst. Claudia Franner leidet seit ihrem 14. Lebensjahr unter Migräne, die sie nur mit speziellen Medikamenten in den Griff bekommt. Trotzdem fing sie an, im Internet nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten zu suchen. „Hilfe bekam ich aber keine, es ist eher das Gegenteil eingetroffen“, sagt die 42-Jährige. Mit der Fehldiagnose, Schlaganfallgefährdet zu sein, konsultierte sie einen Neurologen, der ihr die Angst nahm. Das Problem erkannte sie erst später: „Menschen, denen es gut geht, neigen eben nicht dazu, sich in Foren auszutauschen. Deshalb stehen da auch zum Großteil nur negative Berichte drinnen“, sagt sie. Seither geht die Opernsängerin regelmäßig zur Kontrolle. **Martin Hauk, Neurologe: „Bei neurologischen Problemen landen leider viele Patienten bei ihrer Internetrecherche gleich bei Multipler Sklerose oder Tumoren und kommen dann natürlich sehr beunruhigt in meine Ordination. Deshalb bin ich sehr kritisch, was die Neuen Medien betrifft. Man kann eine Diagnose nur individuell stellen. Medizin ist eben eine personenbezogene Sache.“**

Eigentlich wusste Claudia Franner ganz genau, was ihr fehlte. Seit ihrer Jugend leidet die 42-Jährige unter starker Migräne. Geholfen haben letztendlich nur so genannte Triptane. Doch sie wollte nicht jedes Mal zum Arzt gehen, um sich ein neues Rezept ausstellen zu lassen. Also fing sie an, im Internet nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten zu suchen. Ein Fehler, wie sich bald herausstellte. Denn bei den Behandlungsmöglichkeiten alleine blieb es nicht. Schnell wurden auch andere Symptome in die Suchmaschine eingetippt. „Man

FOTOS: DIE BILDSTELLE, STEFAN GERGELY (2), SCREENSHOT



Rat aus dem Netz.
Immer mehr Leute
holen sich medizinische
Tipps aus dem
Internet. Experten
warnen aber vor
unseriösen Portalen
und unqualifizierten
Laien.

Mein Arzt heißt Doktor Google

DIAGNOSE AUS DEM INTERNET

Was die 20 beliebtesten Gesundheitsportale
wirklich können – und wo Gefahren lauern.
Vier renommierte Mediziner haben die
Web-Seiten für NEWS bewertet.

neigt ja dazu, negative Schlagwörter einzugeben und dann kommen eben auch verunsichernde Artikel heraus“, sagt sie. „Schlaganfallgefährdet“ lautete die Diagnose aus dem Netz. Verunsichert ging Franzer dann doch zu einem Spezialisten, der sie erst in einem ausführlichen Gespräch wieder beruhigen konnte.

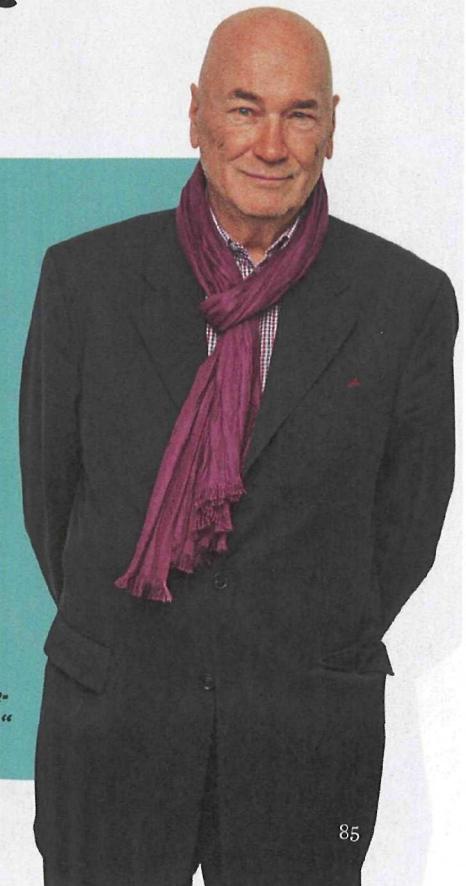
Zu viele medizinische Laien.

Panische Patienten im Wartezimmer – das ist längst Realität. Sobald es irgendwo zwickt oder sich ein Ausschlag breit macht, wird sofort „Dr. Google“ konsultiert. Lesestoff bietet das Internet genug: Immer mehr Gesundheitsportale informie-

JOHANN RAPP, 70, PENSIONIST

„Ich informiere mich über alle
Medikamente im Internet.“

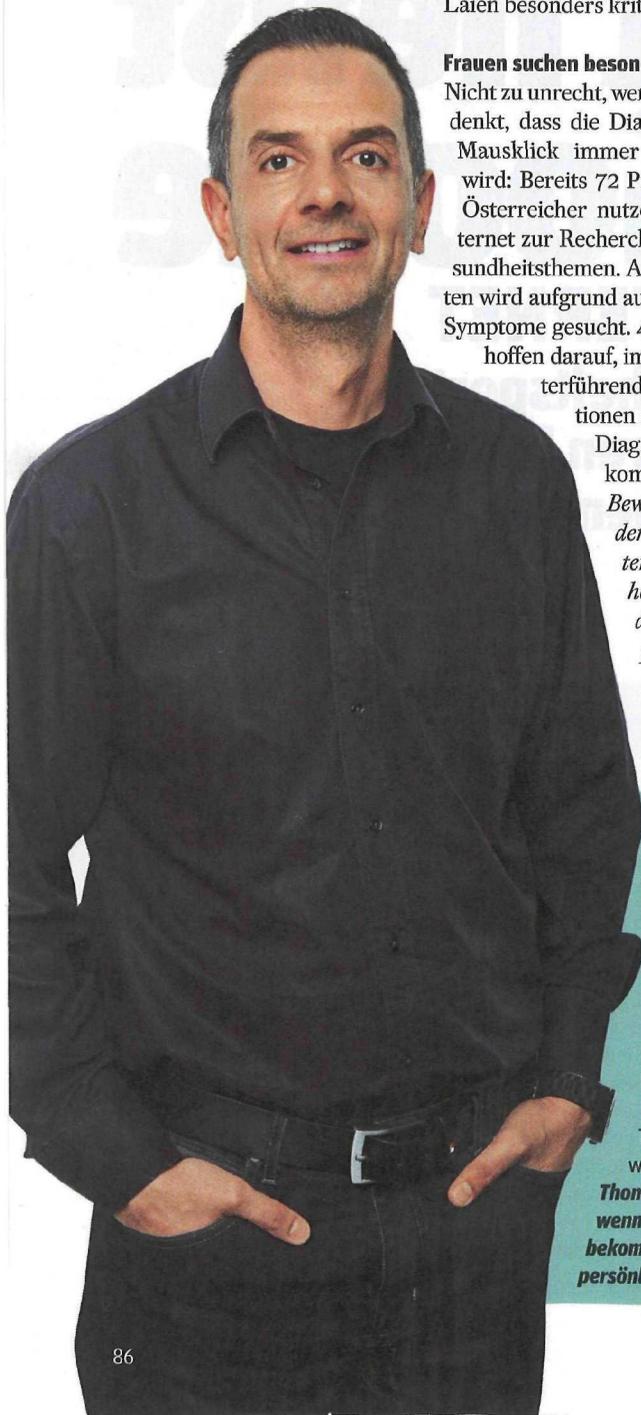
Panik durch Foren. Bis Anfang diesen Jahres hatte Johann Rapp keine gesundheitlichen Beschwerden. „Doch plötzlich hatte ich immer Durst und fühlte mich nicht wohl“, sagt er. Die Diagnose: Erhöhter Blutzucker. „Ich habe gleich gegoogelt, wie es anderen mit dieser Krankheit geht“, so der Pensionist. Soweit so gut. Doch auf einer Kur erfuhr der 70-Jährige auch noch, dass die Ausbuchtung seiner Aorta etwas dicker ist. Sofort loggte er sich panisch ins Internet ein. Besänftigen konnte ihn dann letztendlich nur ein Internist. **Thomas Maca, Internist:** „Viele Patienten denken immer gleich an das Schlimmste. Herr Rapp wurde von mir medikamentös eingestellt und muss sich keine Sorgen mehr machen. Doch die Angst, die er aufgrund verschiedener Internetforen hatte, ist nicht wirklich förderlich für den Blutdruck und lässt diesen ansteigen. Nach längeren Gesprächen konnte ich ihn beruhigen. Über das Internet gibt es keinen seelischen Zuspruch.“



LEBENS-ART COVER

„Die Patienten denken meist gleich an das Schlimmste.“

Thomas Maca, Internist



ren über Krankheitsbilder, Symptome und geben Tipps. Doch nicht alle bieten wissenschaftliche, von Ärzten verfasste, Artikel und Ratschläge. In vielen Foren beantworten Patienten untereinander Fragen zu Gesundheitsthemen – und schüren damit unnötig Panik. Experten sehen diesen Austausch unter medizinischen Laien besonders kritisch.

Frauen suchen besonders oft.

Nicht zu unrecht, wenn man bedenkt, dass die Diagnose per Mausclick immer beliebter wird: Bereits 72 Prozent der Österreicher nutzen das Internet zur Recherche von Gesundheitsthemen. Am häufigsten wird aufgrund auftretender Symptome gesucht. 46 Prozent hoffen darauf, im Netz weiterführende Informationen nach einer Diagnose zu bekommen (*die Bewertungen der beliebtesten Gesundheits-Seiten durch Experten finden Sie ab S. 88*).

Vor



Informativ und wissenschaftlich. Hier waren sich alle Experten einig: Das Portal www.gesundheit.gv.at überzeugt mit verständlichen und gut aufbereiteten Inhalten. Ohne Werbung und Foren.

allen Frauen neigen dazu, das Internet nach Krankheitssymptomen zu befragen. Laut einer Umfrage unter 1.000 befragten Frauen haben sich 25 Prozent wegen einer Online-Diagnose schon mal selbst falsch behandelt. Die häufigste Fehldiagnose aufgrund einer Internet-Recherche ist Brustkrebs. Gefolgt von anderen Krebsarten, Pilzerkrankungen im Intimbereich, Bluthochdruck und Asthma.

Richtige Infos herausfiltern.

Doch was sagen eigentlich Ärzte zu diesem Trend? Die sehen das relativ gelassen. Und das,

obwohl sie nun vermehrt auch psychologischen Beistand leisten müssen – warnen aber vor Fehlinterpretationen. „Ich finde es gut, wenn der Patient sich informiert hat. Entscheidend ist aber, dass er die richtige Information aus dem Internet herausfiltern kann“, sagt etwa Chirurg Thomas Filipitsch. Doch genau das können die wenigsten. „Die Gefahr besteht darin, dass man als Laie nur selten unterscheiden kann, welches Gesundheitsportal seriös ist und welches nicht“, meint auch Chirurg Martin Riegler.

Stefan Dunst etwa versuchte nach einer Magenunter-

RENE WERNER, 43, IMMOBILIENMAKLER

„Ein professionelles Gesundheitsportal habe ich bei meinen Recherchen bisher noch nicht gefunden.“

Vegan dank Internet. René Werner hatte über einen längeren Zeitraum nach jedem Essen Magenkrämpfe und ein Völlegefühl. Im Netz suchte er nach einem Facharzt – und wurde fündig. Im Laufe seiner Internetrecherchen stieß er auch auf weniger seriöse Foren, von denen er sich aber nicht verunsichern ließ. „Ich wusste schon, dass man vielen Sachen nicht trauen kann“, sagt er. Ein professionelles Portal, dem er zur Gänze vertraut, hat der 43-Jährige noch keines gefunden. Und dennoch: Werner stellte seine Ernährung auf vegane Kost um und holt sich Tipps und Rezepte aus dem Internet. „Seither sind meine Beschwerden wie wegblasen“, sagt er.

Thomas Filipitsch, Chirurg: „Die Zunahme von Dr. Google ist allgegenwärtig. Es ist gut, wenn der Patient viel Wissen hat. Entscheidend ist aber, dass er die richtige Information bekommt. René Werner konnte ich durch die Gastroskopie entspannen. Und ihm im persönlichen Gespräch Tipps geben.“

„Medizin ist nun einmal eine individuelle Sache.“

Martin Hauk, Neurologe

STEFAN DUNST, 50, TECHNIKER

„Man muss Dr. Google ja nur die richtigen Fragen stellen. Das Web bleibt weiterhin mein erster Ansprechpartner bei Gesundheitsfragen.“

Gut informiert. Jahrelang hat Stefan Dunst sein Sodbrennen ignoriert und „viel und fett gegessen“, wie er sagt. Erst eine befreundete Ärztin konnte ihn davon überzeugen, eine genauere Untersuchung zu machen. „Mir wurde mitgeteilt, dass mein Magen eine wüste Baustelle war“, so der 50-Jährige. Noch im Wartezimmer googelte Dunst den Befund. Ein Wort darauf beunruhigte den Techniker ganz besonders: Krebsvorstufe. „Doch geredet hat niemand mit mir. Ich wurde auf meinen Hausarzt verwiesen“, sagt er. Dieser hat Dunst zwar beschwichtigt, doch das schlechte Gefühl ließ ihn nicht los – und er durchforstete weiterhin das Internet. So fand er auch seinen behandelnden Arzt, der ihn mittels einer Radiofrequenzmethode heilen konnte.

Martin Riegler, Chirurg: *„Die große Verunsicherung durch bestimmte Internetforen ist altersunabhängig. Ich rate davon ab, sich auf diese Weise zu informieren. Auf keinen Fall sollte man selbst herumdoktern.“*

LEBENS-ART COVER

Die Guten und die Schlechten

DER TEST. Mediziner bewerten für NEWS die beliebtesten Gesundheitsportale und sagen, welchen Sie vertrauen können und welche Sie auf jeden Fall meiden sollten.

DIESE ÄRZTE BERIETEN NEWS



Elke Janig.
Fachärztin für Dermatologie und Venerologie sowie Molekularbiologin.
kuzbari.at



Barbara Stadler.
Fachärztin für Allgemeinmedizin in Wien.
juvenismed.at



Tanja Pisec-Weihen.
Fachärztin für Allgemeinmedizin in Wien.
juvenismed.at



Alexander Ditscheiner.
Praktischer Arzt und Sportmediziner mit Praxis in Wien.
teamprosport.at

www.gesundheit.gv.at



Serviceorientierte Ratschläge. Plus: Aktuelle Tipps, wie etwa Notfallnummern oder Pollenflug und alle Infos rund um das Gesundheitssystem.

„Medizin pur, für jeden gut verständlich und der Wissenschaft entsprechend“, so Ditscheiner.

BEWERTUNG



www.forumgesundheit.at



Seite der OÖGKK, beinhaltet gute Infos zu allgemeiner und betrieblicher Gesundheitsförderung. Und: Impfservice und Apotheken-suche im Raum Oberösterreich.

„Die Homepage ist sehr gut aufgearbeitet und übersichtlich“, sagt Barbara Stadler.

BEWERTUNG



www.arztuche24.at



Spezialisiert auf die Arztsuche und Bewertungen. Experten der Ärztekammer verfassen Artikel zu Krankheitsbildern und geben hilfreiche Tipps.

Ditscheiner: „Positiv, dass bei Alternativmedizin auf die fragliche Wirkung hingewiesen wird.“

BEWERTUNG



www.gesund.co.at



Gibt besonders viele Ernährungstipps mit Rezepten. Es finden sich aber auch Artikel zu medizinischen Themen sowie Tests wie etwa Gehirnjogging.

„Die Seite liefert viele aktuelle Tipps, die für Laien informativ sind“, so Elke Janig.

BEWERTUNG



www.netdoktor.at



Erkrankungen, Therapien, Diagnoseverfahren und Neuerungen im Bereich der Medizin werden einfach erklärt. Ärzte sorgen für die fachliche Kompetenz.

„Man merkt, dass ein gutes Experten-Team dahintersteckt“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG



www.onmeda.de



Neben Inhalten rund um das Thema Medizin und Gesundheit und einem Medikamentenratgeber stehen den Nutzern 50 expertenbetreute Foren zur Verfügung.

„Super übersichtlich, informativ ausführlich und gleichzeitig verständlich“, sagt Janig.

BEWERTUNG



www.netdoktor.de



Neben sachlichen Berichten sollen hier lebendige Reportagen und Berichte einen lockeren Einstieg in die Gesundheitsthemen bieten.

„Bei sehr vielen Artikeln gibt es einen Qualitätsnachweis“, so Tanja Pisec-Weihen.

BEWERTUNG



www.vitanet.de



In Videobeiträgen erklären Ärzte Krankheiten, wie die Diagnose abläuft und welche Therapien zur Verfügung stehen. Und: Große Auswahl an Selbsttests.

„Das Gesundheitsportal bietet eine gute Übersicht, die Werbung irritiert aber“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG



Sehr gut

Gut

Befriedigend

Genügend

Nicht genügend

► suchung per Internet aus dem Befund schlau zu werden. Die gegoogelte Web-Diagnose: Krebsvorstufe. Ein Schock.

Dieser sollte aber noch gesteigert werden. „Ich habe im Netz dann noch weiter gesucht und bin auf spezielle Foren gestoßen. Die Horrorgeschichten darin reichten bis hin zum Speiseröhrenkrebs“, so Dunst. Doch nach der ersten Panik folgte dann ein Geistesblitz: „Ich änderte einfach den Suchbegriff und gab statt ‚Gefahr‘ ‚Heilung‘ in die Suchmaschine ein. Und prompt folgte diese auch – in Form einer Arzt Empfehlung.“

Dieser konnte den 50-Jährigen mit der richtigen Behandlungsmethode heilen. Dennoch vertraut Dunst weiterhin auf die Meinung des „digitalen Arztes“. „Meine Hintergründigkeit war gut. Man muss nur wissen, welche Fragen man stellt“, sagt er.

„Das Internet leistet keinen seelischen Zuspruch.“

Thomas Maca, Internist

Digitale Hypochonder.

Im Fall von Stefan Dunst half der richtige Suchbegriff. Doch es gibt sie auch: Die Extremfälle, so genannte „Cyberchonder“, die nach Krankheiten im Internet suchen. Die Folge: Sie googeln sich kranker, als sie in Wirklichkeit sind.

Besonders betroffen: Nutzer mit sehr wenig medizinischem Wissen – oder Hypochonder, die sich übertrieben um ihre Gesundheit sorgen.

Diese Patienten sind es dann meist auch, die vom Arzt teure Untersuchungen verlan-

„Man muss aus dem Netz das Richtige herausfiltern.“

Thomas Filipitsch, Chirurg

gen. „Dabei ist das in den meisten Fällen gar nicht notwendig“, sagt Filipitsch. Und fügt hinzu: „Ich bin mir sicher, dass sich die Leute auch trotz ausführlicher Beratung immer noch im Internet informieren werden.“

Wichtig: Kritische Distanz.

Es bleiben meist viele Fragen offen: Denn ein ausführliches Gespräch ist bei vielen Kassenärzten meist nicht möglich. Eine Arzt-Patienten-Konsultation dauert im Durchschnitt nicht länger als drei Minuten.

Und anders als leibhaftige Ärzte ist „Dr. Google“ mit seinen unzähligen Medizin-Seiten rund um die Uhr erreichbar, nimmt sich alle Zeit der Welt und liefert in Sekunden schnelle eine Diagnose.

„Der Nachteil liegt in der großen Masse an Informationen“, sagt Internist Thomas Maca. Deshalb raten Experten vor allem zu kritischer Distanz. Seriöse Seiten erkennt man daran, dass sie darauf hinweisen, dass das Auftreten einzelner Symptome noch lange keine schlimme Krankheit bedeuten muss.

Von medizinischen Laien geführte Foren sollte man ohnehin unbedingt meiden.

Die Gefahr, dass Patienten aufgrund ihrer virtuellen Visite einen Arztbesuch absagen, besteht laut Experten nicht.

„Die Medizin ist und bleibt einfach eine sehr individuelle und personenbezogene Sache“, sagt Neurologe Martin Hauk.

■ Monika Dlugokecki

LEBENS-ART COVER

www.sprechzimmer.ch



Eine medizinische Online-Beratung ist möglich, allerdings für 75 Schweizer Franken. Dafür mit Qualitätsnachweis des Unispitals Zürich.
„Die Suchoptionen zu den Artikeln sind gut gegliedert“, sagt Pisec-Weißen.

BEWERTUNG



www.symptom.at



Medizin-Lexikon und Ratgeber-Magazin für Gesundheit. Plus: Informativ Anatomie-Liste. Einziger Nachteil: Zu viel Werbung.
„Die Seite bietet auch Erklärung über den gesunden Körper“, so Janig.

BEWERTUNG



www.paradisi.de



Aktuelle Kurznachrichten und Ratgeberartikel zu Gesundheits-, Beauty- und Lifestylethemen. Allerdings mehr Fokus auf Beauty, Wellness und Co.
Ditscheiner: „Meiner Meinung nach mehr Lifestyle als Medizin, aber dennoch sehr informativ.“

BEWERTUNG



www.wecarelife.at



Wöchentlich wird das Angebot um neue Themen und Inhalte auf der Internetplattform erweitert. Etwas fehlt am Platz: Die Rubrik mit Urlaubsangeboten.
Fazit des Experten: „Eine sehr durchschnittliche Homepage“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG



www.med.at



Die Homepage ist zwar auf die österreichweite Arztsuche spezialisiert, es sind allerdings keine Allgemeinmediziner aufgelistet.
„Zusätzlich fehlen auch noch Informationen zu anderen Fachrichtungen“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG

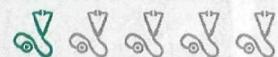


gesundheit-aktuell.de



Viele medizinische Artikel und ein Lexikon, aber im Großen und Ganzen eine eher unübersichtlich aufgebaute Seite mit Werbung unseriöser Anbieter.
Kritik von Expertin Pisec-Weißen: „Das Portal ist sehr oberflächlich aufgebaut.“

BEWERTUNG

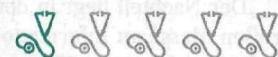


www.justanswer.de



Man kann eine Frage stellen, die von einem Arzt beantwortet wird. Allerdings kostet diese Antwort nicht weniger als 35 Euro. Unseriös!
„Der Betrag ist für eine Antwort meiner Meinung nach etwas zu teuer“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG

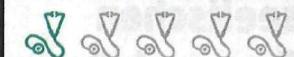


www.medinberichte.de



Fragen zu Krankheitsbildern werden von der Community, also von Laien, beantwortet. Hinter dieser Seite stehen keine Experten.
„Laien Diskussion mit fragwürdigen Tipps der Forumsmitglieder“, resümiert Ditscheiner.

BEWERTUNG



www.gutefrage.net



Online-Portal, in dem Fragen von der Community beantwortet werden. Man kann auch Fotos und Videos (z.B.: „Wie mache ich Hustentee“) posten.
„Die Seriosität ist fraglich, da die Fragen von Laien beantwortet werden“, so Pisec-Weißen.

BEWERTUNG



gesundheitsfrage.net



Auch bei dieser Seite handelt es sich um ein Forum, bei dem nicht Ärzte, sondern Laien brennende Fragen zu Gesundheit und Krankheiten beantworten.
„Diese Laiendiskussion könnte viele Patienten in die Irre führen“, sagt Ditscheiner.

BEWERTUNG

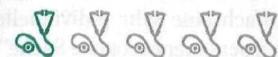


www.heilpraxis.net



Fachportal für Naturheilkunde und Heilpraktiker. Liefert aktuelle Informationen zu Homöopathie und Naturheilverfahren. Die Experten raten von der Seite ab.
Ditscheiner: „Heilpraktiker sind in Österreich nicht ohne Grund verboten.“

BEWERTUNG

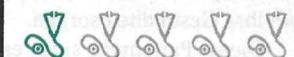


www.dred.com



Ärzte behandeln ihre Patienten online, per Telefon oder Video. Das Rezept wird innerhalb von drei Tagen zugeschickt.
Fazit aller Experten: „Der direkte Kontakt zum Arzt ist sehr wichtig. Es kann sonst zu Fehldiagnosen kommen.“

BEWERTUNG



Sehr gut Gut Befriedigend Genügend Nicht genügend

FOTOS: SCREENSHOTS (12)