



Doktor Google: İnternette Sağlık Bilgisi Kaynakları ve Sağlık Okur Yazarlığının Önemi

Doctor Google: Health Knowledge Sources and Importance of Health Literacy on Internet

Havva Palacı¹, Onur Yarar², İhsan Kuru³, Yıldırım Gülhan⁴

1 Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Okan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
havva.palaci@okan.edu.tr

2 Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Okan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
Onur.yarar@okan.edu.tr

3 Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, Okan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
Ihsan.kuru@okan.edu.tr

4 Sağlık Yönetimi Bölümü, Okan Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
yildirim.gulhan@okan.edu.tr

Özetçe— Mobil telefonlar ile birlikte internet her türden bilgiyi aramak için yoğun biçimde kullanılmaktadır. İnternetin sağlık bilgisi edinmek amacıyla kullanımına ilişkin araştırmalar, sağlık bilgisi edinilen web sitesi, forum, blog ve sosyal ağların güvenilirlik, doğruluk ve tedaviye yönlendirme açısından önemini ortaya koymaktadır. Sağlık gibi uzmanlık, sorumluluk ve kullanıcı açısından hayati önem taşıyan bu konuda yayıncıların olduğu kadar kullanıcıların bilgi düzeyi de üzerinde önemle durulması gereken unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmada internet arama motorlarında karşılaşılan sağlık web sayfaları, blog ve forumlar kaynak güvenliği, yönlendirme ve bilgi açısından incelenmiş; web taraması ve literatür taraması yöntemiyle araştırma gerçekleştirilmiştir. İncelemenin temel sorusu sağlığı korumak, kronik hastalıkların takibi ve acil durumlarda tedavi ve yönlendirme açısından internet ortamındaki bilgi kaynaklarının durumunu ortaya koymaktır. İnternet üzerinden sağlık bilgisi arayan okuyucuların sağlık okuryazarlığı düzeyi de temel değişkenlerden biri olarak görülmektedir. Çalışmanın sonuçları gelecekte sağlık bilgilendirmesi ve bireysel sağlığın korunması bakımından yapılacak düzenlemelerde yol gösterici olacaktır. Sağlık açısından internet uygulamaları, kullanıcının durumu dikkate alınarak, toplum sağlığının yükseltilmesi amacıyla oluşturulmalı ve düzenlenmelidir.

Anahtar Kelimeler — *İnternet ve sağlık, sağlık okuryazarlığı, sağlık, web*

Abstract— İnternet technology has wide range of usage and a part of daily life today. With mobile technology internet has become main source of seeking knowledge. Researches has shown that most of the consumers seeking

health knowledge from internet this situation signs health knowledge sources on the internet must be evaluated according to; validity, sources and referral to treatment function. Health is a highly specialized area thus health knowledge must be given with trustable references. Health knowledge consumer's literacy level is one of the other important aspect of web sources' health information. In this study most popular and firstly listed in internet search engines health web sites, forums and blogs were evaluated according source security, referral to treatment and knowledge. The aim of the study receive a section web sources' health information or knowledge and evaluate this data from the perspective of consumer health literacy. This case study can be useful for future preventive and promotive health knowledge sources' design. Future digital health applications perspective have to take in to account in designing process consumers' perspective and capacity.

Keywords—*internet and health, health literacy, health, web*

GİRİŞ

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2015 verilerine göre; hanelerin % 69'ünde internet ulaşımı mevcut ve cep telefonu ya da akıllı telefon sahibi olanların oranı ise % 96,8 olarak gerçekleşmiştir. İnternette geçirilen sürenin %66, 3'ünde insanlar sağlıkla ilgili bilgi aramaktadırlar. İnternet kullanıcılarının yarısından fazlasının sağlıkla ilgili bilgiye ulaşmaya çalışması bu konuda yapılacak çalışmalar ve uygulamalar açısından son derece önemlidir. (<http://webrazzi.com/2015/08/19/15-maddede-turkiyenin-bilisim-teknolojileri-kullanim-aliskanliklari>)

İnternet kullanımına ilişkin çalışmaların sonuçlarına göre; internet her alanda önemli bir bilgi kaynağıdır. Ayrıca



İnteraktif Sunumlar

2. Gün / 28 Ekim 2016, Cuma

insanlar sağlık bilgisi aramak üzere de interneti yoğun biçimde kullanmaktadırlar. Ancak gerek sağlık bilgisi veren web sitelerin sayısının çokluğu, sosyal etkileşimli bir alt yapı sunan, forum ve blogların sayısı hesaba katıldığında sağlık bilgisi arayan kişilerin doğru yönlendirilip yönlendirilmediği, bilgi kaynağının profesyonel olup olmadığı ile doğru yönlendirme yapıp yapılmadığı hayati bir önem taşımaktadır.

____ Tıp Bilişimi Derneği Yönetim Kurulu Üyesi olan Dr Cengiz Tezcan'a göre; "Doktorların yanı sıra sosyal mecralarda neredeyse tüm kullanıcıların artık birbirlerinin tedavi kararlarını etkilemeye başladığı ve doktor, ilaç, hastalık gibi konularda öneride buldukları görülmektedir. Sağlık sorunları için internette doğru adreslerden enformasyon alınabilirse, hastanın mevcut sağlık sorununa yönelik olarak doğru enformasyon edinmesini sağlanabilir. Ancak her web sitesi, her "blog" hasta ya da hasta yakınları için sağlık alanında doğru bir referans kaynağı olmayabileceği vurgulanarak, toplumların sağlık okuryazarlık ve teknoloji okuryazarlık düzeylerini artıracak bilinçlendirme çalışmaları yapılmalıdır. (<http://www.cenktezcan.com/?p=361>) (<http://www.cenktezcan.com/?p=361>) Erişim Tarihi 07.08.2016

Günümüzde tıp biliminde yaşanan gelişmelerle birlikte yaşam süreleri uzamış ve kronik hastalıkların takibi ve sağlıklı yaşam beklentisi ile sağlığın bireysel olarak korunup kollanması gerekliliğine vurgu yapılmaktadır. Bireysel olarak sağlığın korunması sorumluluğu ile birlikte sağlıklı beslenme ve egzersiz gibi konuların da önem kazandığı görülmektedir. Bunun yanı sıra mobil sağlık uygulamaları ile sağlıklı yaşam biçimi yanında kronik hastalıkların takibinde bireysel sorumluluk almayı sağlayacak mobil sağlık takibi önem kazanmıştır.

İnternette sağlık bilgisi arama oranları, sağlık okuryazarlığı ve genel olarak internet okuryazarlığı konusunun önemini ortaya koymaktadır. Yoğun internet içeriğinden güvenilir ve doğru kaynak bulmak, bilgi arayanların doğru yönlendirilebileceği web sayfası ve diğer platformların analizini zorunlu kılmaktadır. Sağlık alanı yüksek uzmanlık isteyen ve riskli bilgilerin hayatları tehlikeye atabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

I. DOKTOR GOOGLE: İNTERNETTE TEŞHİS VE TEDAVİ BİLGİSİ ARAMAK

Kronik hastalıkların yönetilmesi ve sağlık bilgisi arama açısından web sayfaları ve Google önemli bir arama aracıdır. İnternette yoğun sağlık bilgisi aramak üzere en sık kullanılan arama motoru olarak Google'ı Doktor Google olarak tanımlanmaktadır. Bir hastaneden randevu almak ya da doktora danışmak için sıra beklemek yerine Google'da arama yapmak ve kendi teşhisini koymak insanlara cazip görünmektedir. Adı geçen çalışmada kronik hastalık yönetiminde internet web kaynaklı sağlık bilgilerine doğru biçimde ulaşmaları durumunda, bu bilgileri kullananların

yarısı bundan sağlık açısından yarar sağlayacaktır. Ayrıca bilgi tüketicileri olarak kronik hastalıkların öz yönetiminde bu kaynakların potansiyeli, kullanıcıların doğru yönlendirilmesi ve kolay ulaşımının sağlanması durumunda oldukça yüksek olacaktır. (Lee v.d.;2014)

Memon ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen "en yaygın on kırık çeşidi hakkındaki web kaynaklı bilginin kalitesi" ve okunabilirliğine yönelik çalışmada; inceledikleri web sitelerinde yer alan bilgileri genel olarak uygun bulmakla birlikte bazı web sitelerinin çok spesifik bilgiler içerdiğini ve genel okuyucu için anlaşılması zor olduğunu belirtmektedirler.(Memon v.d.;2016)

Kolorektal kanserleri hakkında internetteki bilgilerin doğruluğu ve okunabilirliğine ilişkin bir çalışma da ise; genel olarak web sitelerinde bulunan bilgilerin okunabilir nitelikte olmasına rağmen güvenilir olmadığı saptanmıştır. Resmi ve devlete ait siteler diğer sitelere göre daha güvenilir bulunmuştur. (Grewal ve Alagaratnam ;2013)

Norman ve Skinner tarafından İnternette sağlık okur yazarlığı çalışmasında (2006), %40'ın üzerindeki sayıda ABD ve Kanadalı yetişkinin düşük düzeyde temel okuryazarlık seviyesinde olduğunu göstermiştir. Yazarlar eHEALS olarak adlandırdıkları ve sağlık okur yazarlığı düzeyini belirlemeyi amaçlayan bir skala oluşturmuşlardır. Yapılan saha çalışmasında skalanın yararlı olabileceğini ancak daha çok örneklem üzerinde denemesi gerektiğini belirtmişlerdir. Ayrıca sağlık okuryazarlığı ile sağlık düzeyi arasındaki ilişkininde izlenmesi gerektiğini belirtmektedirler. Ancak yine de düşük okuryazarlık oranı sağlık okuryazarlığı düzeyinin de düşük olabileceğine işaret etmektedir. Sağlık okuryazarlığı; karmaşık bilgileri anlayabilmek, teknolojiyi kullanabilmek, bilgi aramak ve elde edilen bilgiyi yorumlayarak kişisel sağlığa ve davranışa uyarlamak gibi aşamaları içermektedir. (Norman ve Skinner; 2006)

II. İNTERNETTE "RADYASYONUN SAĞLIĞA ZARARLARI" HAKKINDA SAĞLIK BİLGİSİ

Çalışma Google arama motorunda "radyasyonun sağlığa zararları " anahtar sözcüğü ile ilk sayfada ve öncelikli sıralamada yer alan 10 sitede yer alan bilgilerin okunabilirlik(anlaşılabilirlik) ve bilgi kaynaklarının (referanslar) güvenilirliği açısından incelenmesi yoluyla yapılmıştır.

Google arama motorunda 102.000 sonuç ile karşılaşıldı. İlk sayfada yer alan on web sayfası sitenin özelliğine ticari, resmi ya da haber sitesi özelliklerine göre incelenmiştir. "Radyasyonun sağlığa zararları" konu başlığında yer alan içerik kolay okunup anlaşılabilirliği açısından; kolay, kısmen kolay ve zor olmak üzere üç kategoride incelenmiştir. Konuya ilişkin sitede yer alan bilgi düzeyi ise; eksik, yeterli, uzmanlık gerektirecek düzeyde bilgi içeren, yetersiz ve yanlış bilgi olmak üzere beş katogoride incelenmiştir. Bilgi kaynağına ilişkin



İnteraktif Sunumlar

2. Gün / 28 Ekim 2016, Cuma

referanslar ise; kaynak belirtilmiş, belirtilmemiş, uzman kaynak kullanımı, resmi siteler biçiminde ayrılmıştır. Ayrıca sitenin içerikleri açısından; iletişim imkânı tanıyıp tanınamaması, konuya hâkimiyete ilişkin verilerde sitelerin genel değerlendirmesinde, güvenilir, güvenilmez ve yetersiz olmak üzere üç kategoriye ayrılmıştır.

Daha önce değinilen çalışmalarda olduğu gibi içeriğin kolay ve anlaşılabilir olduğu, kaynak güvenilirliği sağlayan sitede rastlanmamıştır. Soru kapsamında incelenen sitelerde güvenilirlik oranı %40 civarında kalmıştır. Güvenilir ve uzman kaynak bulunduran, sitelerin anlaşılabilirliği ve okunabilirliği kısmen zor ve zor olarak bulunmuştur. Forum siteleri ve kaynak belirtmeyen siteler bilgi kaynaklarını belirtmedikleri ve iletişim olanağı sağlamadıklarından dolayı güvenilmez olarak nitelendirilmiştir. İncelenen 10 siteden dördü yetersiz ve ikisi de güvenilmez olarak sınıflanmıştır. Aşağıda bulunan tablo web sayfalarına göre değerlendirmeyi içermektedir.

Tablo 1	Radyasyonun Sağlığa Zararları Hakkında İnternetteki Web sayfalarının Değerlendirilmesi				
Arama Sıralaması	Özelliği	Anlaşılabilirlik	Bilgi Düzeyi	Kaynak Güvenilirliği	Değerlendirme
www.nuikleersiz.org	Antinükleer Sivil İns.	Kolay	Eksik	Güvenilir Uzmanlar	Yetersiz
www.elektrikport.com	sektörel haber portalı	Kolay	Aşırı (uzmanlık gerektiren)	TC Çevre ve Orman Bakanlığı WEB Sitesi	Yetersiz
www.bilgiustam.com	bilim ve bilgilendirme sitesi	Kolay	Eksik	Belirtilmemiş	Yetersiz
www.oncitr.net	Ticari site (Radyasyondan korunma ekipmanları)	Kolay	Eksik	Belirtilmemiş	Yetersiz
www.stv.com.tr	haber sitesi/tv kanalı	Kısmen Kolay	Yeterli	Uzman Doktor	Güvenilir
www.forumsal.net	Forum sitesi	Kolay	Eksik	Belirtilmemiş	Güvenilmez
www.mgm.gov.tr	Resmi Site (Meteoroloji Gen. Müd.)	Zor	Aşırı (uzmanlık gerektiren)	Uluslararası Kaynaklar	Güvenilir
yumurtalikmek.com	Çocukların bilgi sitesi	Kolay	Yanlış bilgi *	Belirtilmemiş	Güvenilmez
www.milliyet.com.tr	Gazete web sayfası	Kısmen Kolay	Eksik	Uzman Kaynaklar	Güvenilir
www.tr.wikipedia.org	Ansiklopedik bilgi sayfası	Zor	Aşırı (uzmanlık gerektiren)	Uzman Kaynaklar	Güvenilir

III. SONUÇ VE ÖNERİLER

İnternetin sağlık bilgisi kaynağı olarak yoğun biçimde kullanıldığı göz önüne alındığında; belirli sağlık konularında internette arama motorlarında öne çıkan web sayfalarının içerdiği bilgilerin; ya çok uzmanlık içeren ya da eksik bilgiler içerdiği, bilgi kaynaklarına referans gösterilmediği daha önceki çalışmalarda ortaya konmuştur. Radyasyonun sağlığa zararları konusunda yapılan ampirik çalışma da benzer bulgulara ulaşılmıştır.

İnternette bulunan sağlık bilgisini anlamak, yorumlamak ve kendi durumuna uygulayabilmek kuşkusuz genel okuryazarlık seviyesiyle ilişkilidir. TÜİK (2015) verilerine göre nüfusun yaklaşık yarısı ilköğretim düzeyinde eğitime sahiptir. Sağlık bilgisi içeren sitelerde bu temel verilere göre hazırlanmalıdır.

Arama motorlarında “arama optimizasyonu” gibi teknik müdahalelerle ticari, reklama dayalı siteler sağlık bilgisi gibi uzmanlık gerektiren alanlarda öne çıkmaktadır. İnternette denetim her ne kadar zor olsa da; sağlık bilgisi içeren sitelere ABD ve bazı Avrupa ülkelerde olduğu gibi belirli bir yetkinlik sertifikası zorunluluğu getirilmelidir.

KAYNAKÇA

- [1] Grewal, P., Alagaratnam, S. (2013). The quality and readability of colorectal cancer information on the internet International Journal of Surgery, Volume 11, Issue 5. Pages 410-413 DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijssu.2013.03.006> [http://www.journal-surgery.net/article/S1743-9191\(13\)00081-2/abs](http://www.journal-surgery.net/article/S1743-9191(13)00081-2/abs)
- [2] Lee K, Hoti K, Hughes JD, Emmerton LM Consumer Use of “Dr Google”: A Survey on Health Information-Seeking Behaviors and Navigational Needs J Med Internet Res 2015;17(12):e288 URL: <http://www.jmir.org/2015/12/e288> DOI: 10.2196/jmir.
- [3] Memon, M., Ginsberg, L., Simunovic, N., Ristevski, B., Bhandari, M., & Kleinlugtenbelt, Y. V. (2016). Quality of Web-based Information for the 10 Most Common Fractures. Interactive Journal of Medical Research, 5(2), e19. <http://doi.org/10.2196/ijmr>.
- [4] Norman CD1, Skinner HA. eHEALS: The eHealth Literacy Scale. J Med Internet Res. 2006 Nov 14;8(4):e27. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17213046>
- [5] Wetzler, MJ. “I found it on the internet.” how reliable and readable is patient information? Arthroscopy. 2013 Jun; 29(6):967-8. [http://www.arthroscopyjournal.org/article/S0749-8063\(13\)00183-7/pdf](http://www.arthroscopyjournal.org/article/S0749-8063(13)00183-7/pdf)