



© SHUTTERSTOCK

ЗДРАВЕ ОНЛАЙН

Сайтовете със здравна информация имат важна роля във формирането на здравна култура, но те не заместват лекарите

Експертите са категорични, че само лекар може да постави правилната диагноза и да назначи лечение, но никак не са малко хората, които се предо-
веряват на мрежата.

През последните няколко години не е пресилено да се каже, че буквално има бум на сайтовете със здравна информация. Framar.bg, zdrave.net, puls.bg, health.bg, Здраве.bg, DoctorBG.com... може да се изрежда още много. Сайтовете и подсайтовете със здравна информация са над 25. Безспорният лидер в класацията е framar.bg. Според данните на агенцията за интернет проучвания Gemius той е на девето място по посещаемост сред българските сайтове и извън категорията на здравните сайтове (виж таблицата).

Има неща, които обединяват сайтовете като обща посока на развитие, но и много специфични елементи в съдържанието им, които ги отличават един от друг. Обединяващото е, че всеки иска да е полезен на потребителите си. Отличават се по рубрики, стил на писане и здравни теми, които покриват. Те дават информация от обикновени здравни съвети и новини до описание и симптоми на различни заболявания, развиват електронни медицински енциклопедии, публикуват контакти и визитки на водещи специалисти в различни области. В някои от сайтовете дори има възможност да получите информация и съвет от лекар специалист и да бъдете мотивирани да посетите болница. Някои текстове са написани достъпно, така че да са разбираеми за хората. Има и такива, които държат на професионалната терминология и са полезни не само за обикновените пациенти, но и за студенти по медицина. Такъв е puls.bg. Сайтът, който има пълен набор от листовките на лекарствата с информация за пациента например, е framar.bg.

Най-новата социална мрежа за здраве е проектът CredoWeb. Целта ѝ е да свързва всички участници в здравеопазването, като създава интерактивна комуникационна среда за лекари, институции, фармацевти и всички, които възприемат здравето като качество на живот. В соци-

НЕ Е ДАЛЕЧ ВРЕМЕТО, КОГАТО МОЖЕМ ДА ПРЕДЛОЖИМ И ПЪРВАТА ОНЛАЙН КОНСУЛТАЦИЯ В РЕАЛНО ВРЕМЕ СЪС СИСТЕМА, КОЯТО ВИ „ПРЕГЛЕЖДА“, ТЕСТВАЙКИ СТОТИЦИ ХИЛЯДИ ВЪЗМОЖНОСТИ. СИГУРНО ВИ ЗВУЧИ МНОГО ФУТУРИСТИЧНО, НО ТАКА ИЗГЛЕЖДАХА И МОБИЛНИТЕ ТЕЛЕФОНИ ПРЕДИ САМО 20 ГОДИНИ“, КОМЕНТИРА ИВАЙЛО ТОНЧЕВ.

алната мрежа могат да общуват лекари с лекари в затворена група, както и пациенти с пациенти, за да споделят опит, пациентите могат да задават въпроси и да търсят съвети от медици. Мрежата разполага с търсачка за медицински заведения и експерти. Има електронен график за записване на прегледи, естествено секция с новини, както и опция за публикуване на експертна информация. В CredoWeb освен оригинални авторски текстове от водещи специалисти и специализирани да пишат за здраве журналисти е предвидено да има видеосъдържание. Мрежата е част от групата „Хелт медия“ (компанията има здравен сайт, списание и безплатния вестник „Животът днес“), собственост на д-р Петър Велев. Тя ще се развива и налага и на австрийския пазар и собственикът вече е направил първите стъпки в тази посока.

Защо се развива пазарът

Собствениците на сайтовете и представителите на медия агенции, с които разговаряхме, обясняват появата на много сайтове със здравна насоченост с две основни причини. Първата е желанието на хората да живеят по-добре, да се хранят по-добре и да продължат живота си, както и да се предпазят от сериозни заболявания. „Хората започнаха да мислят

повече за себе си - как да са по-здрав и как по-бавно да остаряят. Това ги вълнува повече, отколкото например да си купят най-новия модел скъп автомобил“, обяснява Петър Галев, програмен директор на „Хелт медия“ и главен редактор на първия безплатен национален седмичен вестник „Животът днес“. Маркетинг директорът на framar.bg Ивайло Тончев, един от най-посещаваните сайтове не само в категорията си, вярва, че бумът на темата се дължи и на жаждата на читателите да научат повече и да общуват по теми, които ги вълнуват наистина. „Мисля, че все още има доста голямо поле за развитие, като ние смело чертаем на работните си срещи още няколко полета за развитие, области на здравето и превенцията, които никога все още в България не е засегнал“, обяснява Тончев.

Втората причина е финансова. „Сферата на фармацията е най-слабо засегната от кризата, а компаниите от този бранш са потенциални рекламодатели. Затова качествените сайтове са предпочитани от тях“, коментира Петър Галев.

Все повече българи използват интернет като здравни потребители, за да събират информация за здравословното си състояние, и използват електронни средства за комуникации при тяхното контролирано манипулиране и развитие на здравословното състояние. Изводът е направен от проф. д-р Живка Винарова, дмн, от департамент „Здравеопазване и социална работа“ на НБУ, която е единственият професор в България, който работи в областта на електронното здравеопазване. В началото на тази година тя представи доклад по темата електронното здравеопазване.

По данни от Google Analytics през миналата година около 174 млн. потребители на Google са потърсили някакъв вид здравна информация в мрежата. От тях преки потребители на здравна информация са били около половин милион души, а около 140 хиляди потребители вече са се формирали като „пристрастени“ е-пациенти. Според проф. Винарова тези резултати потвърждават все повече променящите се пациентски нагласи за инвестиции, ►►

► грижи и управление на собственото здраве на българите, базирано на компетенции, придобити в интернет.

Отговорност и качество на информацията

Маркетинг директорът на Framar.bg Ивайло Тончев е категоричен, че бумът на темата здраве е ясно видим и в световен мащаб. Според него 70-те и 80-те години на XX век са бумът на революцията в науката и познанието, хората вярват на всяка цена в традиционната медицина, която сякаш изглежда, че ще се справи с всичко, безусловно и ултимативно. „Но сякаш нещо не се получи, както бе планирано. Спомнете си само бума на антибиотиците преди 20 - 30 години и днешното мнение за тях... В последните 10 - 15 години хората търсят нови насоки, част от които и в посоката на тематиката здраве. Традиционната медицина се оказва безсилна за чудесата, които очаквахме от нея. Лесен бе изводът, че трябва да погледнем към алтернативните подходи, към самите себе си, към здравето, което започва от начина ни на мислене“, обяснява Тончев. Със сигурност част от традиционалистите в областта ще се възпротивят, но здравето е вече част от начина на живот, а не нещо, което се изписва с рецепта.

В този смисъл здравните сайтове в България са източник на полезна информация, която вече не се ограничава до списък от 100 дежурни нелечими заболявания, за които лекари разказват. „Основен принцип на всеки здравен сайт, който е отговорен към хората, които влизат и четат текстовете на него, е информацията винаги да произхожда от водещи специалисти. Да е проверена от лекар“, казва Петър Галев програмен директор на health.bg.

174

МЛН. ПОТРЕБИТЕЛИ НА GOOGLE СА ПОТЪРСИЛИ НЯКАКЪВ ВИД ЗДРАВНА ИНФОРМАЦИЯ В МРЕЖАТА, СОЧАТ ДАННИТЕ НА GOOGLE ANALYTICS. ОТ ТЯХ ПРЕКИ ПОТРЕБИТЕЛИ НА ЗДРАВНА ИНФОРМАЦИЯ СА БИЛИ ОКОЛО ПОЛОВИН МИЛИОН ДУШИ, А ОКОЛО 140 ХИЛЯДИ ПОТРЕБИТЕЛИ ВЕЧЕ СА СЕ ФОРМИРАЛИ КАТО „ПРИСТРАСТЕНИ“ Е-ПАЦИЕНТИ.

Маркетинг директорът на Framar.bg Ивайло Тончев е уверен, че компанията, в която е мениджър, добре се позиционира като лидер в областта на здравната информация, но въпреки това ѝ предстоят много неща за правене. „Дано не е далеч времето, когато можем да предложим и първата онлайн консултация в реално време със система, която ви „преглежда“, тествайки стотици хиляди възможности. Сигурно ви звучи много футуристично, но така изглеждаха и мобилните телефони преди само 20 години“, каза Тончев. И допълва, че Framar не се стреми да изместим вниманието на хората от лекарите и техните задължения. „Лекарите са единствените, които имат моралното право да определят диагнозата и да лекуват. Всеки от нашите материали акцентира върху това“, категоричен е той.

Внимавай със съветите онлайн

„Здравно заинтересуваните потребители у нас са активни „търсачи“ и „събирачи“ на здравна и дори на медицинска информация в мрежата“, коментира проф. Винарова. Според нея подобна активна социална роля е типична за модерната здравна култура по света - хората сами избират да живеят здравословно независимо от здравните неравенства. „Терминът е-пациент обхваща както тези, които търсят онлайн информация за собствените си заболявания, така и самообучаващите се по избрани от тях други здравни теми“, уточнява проф. Винарова.

Според проучването на нейния екип е-пациентите описват два важни лични ефекта от онлайн консултациите - свободния достъп до здравна информация (професионална и непрофесионална) или услуги, както и променените взаимоотношения с лекуващите ги лекари.

„Е-пациентите са все по-активни в грижите си и демонстрират информационно придобита сила, защото те са технически оборудвани, обучават се, ангажирани са със собственото си здраве, демонстрират нов вид партньорства с медицински експерти и съмишленици, харесват ролята си да избират и да са персонални здравни мениджъри на самите себе си“, смята проф. Винарова. В партньорства

ТОП 5 НА ЗДРАВНИТЕ САЙТОВЕ ПО ПОСЕЩАЕМОСТ

(Данните са за септември 2014)

Сайт	Посещаемост в %	Място*
framar.bg	17.05%	9
zdrave.rozali.com/	7.19%	35
puls.bg	6.13%	43
zdrave.bg	1,96%	109
zdravno.bg	0,97	157

*Място по посещаемост в общата класация на сайтовете
Източник: Gemius (gemiusAudience)

пomeжду си и с различни здравни специалисти e-пациентите легално превръщат здравните грижи в колективен процес, смята специалистът.

Според Винарова участието на e-пациентите в здравни групи по интереси има много стимулиращ ефект, защото участниците са лично мотивирани при търсенето на експертна помощ, като те са равнопоставени партньори на лекарите, на които са се доверили, но винаги търсят и други алтернативни мнения и методи за собственото си здраве.

В изследването на екипа на проф. Винарова на въпроси като търсят ли информация в интернет относно последното си оплакване положително са отговорили 57% от анкетираните. Хората, които търсят медицински данни за собственото си здраве в мрежата, са 85%, като от тях близо половината намират интересувашата ги информация в пациентски форуми. Около 80 на сто от анкетираните са отговорили, че мненията и препоръките, намерени в интернет, съвпадат с тези на медицинския специалист.

Около една четвърт от анкетираните намират данни за здравословните си проблеми предимно в потребителски медицински и здравни сайтове, около 15 на сто се информират по здравни проблеми от пациентски портали, а други 4 на сто ползват дори интерактивни видеоинструкции, за да си помогнат сами в решаването на някакъв медицински казус.

КИБЕРХОНДРИЯ – СКЛОННОСТТА НА НЯКОИ ХОРА ДА СИ ПОСТАВЯТ САМИ ДИАГНОЗА, СЛЕД КАТО ПОТЪРСЯТ ИНФОРМАЦИЯ В ИНТЕРНЕТ СТАВА ВСЕ ПО-РАЗПРОСТРАНЕНА ПРЕЗ ПОСЛЕДНИТЕ 10 ГОДИНИ. ПРИ ТОВА ОТ ШИРОКИЯ СПЕКТЪР НА РАЗЛИЧНИТЕ ВАРИАНТИ КИБЕРХОНДРИКЪТ ОБИКНОВЕНО ИЗБИРА НАЙ-ЗЛОВЕЩИЯ.

Сайтовете на здравни теми са нещо полезно, ако на тях гледате като на медиа, чрез която може да повишите здравната си култура, да разширите полето си от знание как да се грижите по-добре за здравето си и да задавате точните въпроси на лекаря. Има граници обаче, които не бива да се прекрочват.

Няколко водещи международни медии, сред които вестник „Индипендънт“, посвещават текстове на така наречената киберхондрия – склонността на някои хора да си поставят сами диагноза, след като потърсят информация в интернет. „Става дума за явление, което става все по-разпространено през последните 10

години – опитите за диагностициране на определено неразположение или по-сериозен здравословен проблем чрез търсене на симптомите в мрежата. При това от широкия спектър на различните варианти киберхондрикът обикновено избира най-зловещия“, пише британският вестник, цитиран от zdrave.bg.

Ерик Хороуиц и Райън Уайт от специалния научноизследователски отдел на Microsoft са анализирали поведението на повече от 1 милион души по света, ползващи активно информацията, достъпна в интернет. Според изследователите в мрежата има „диспропорционално много описания на смъртоносни болести“.

Например, ако се напише думата главоболие, на 25% от страниците ще бъде споменато, че то е причина за злокачествено образуване в главния мозък. „За частие това заболяване се среща само при 0.002% от жителите на планетата“, уточняват двамата учени. Но киберхондрикът е склонен да повярва, че болестта е много често разпространена, след като толкова много пишат за нея.

Общата статистика за търсената в интернет информация сочи, че 8 от всеки 10 сърфяращи поне 1 път в месеца търсят там информация за своето здраве. При това 75% от тях не проверяват откъде са взети съответните цитирани данни. И в това няма нищо лошо, стига да използвате написаното в здравните сайтове зряло и разумно. ●



В сравнение с емайла на вашите зъби, този на децата ви е 50% по-тънък.

Ето защо се нуждае от нашата експертна защита.



Свали безплатното приложение **AquaFresh** **Време за зъбки**

Направи миенето на зъби забавление с AquaFresh!

