

如何識別高質素的網上健康資訊

在評估健康資訊時，區分可靠和不可靠的來源是很重要的。
高品質的健康資訊通常更可靠和可信。

較可靠與不太可靠的網上健康醫療資訊

較可靠 =



- 嘗試教育民眾，並分享正確資訊
- 來自於專家
- 是當前的並且是最新的
- 以如下字母結尾：
 - website.**gov** = 政府資訊
 - website.**org** = 通常為非牟利機構
 - website.**edu** = 教育機構，例如大學

不太可靠 =



- 嘗試賺錢或售賣產品
- 並非來自於專家
- 並非最新的而且可能包含不正確的資訊
- 以如下字母結尾
 - website.**com** = 商業生意

尋找可靠資訊的技巧

檢查多個來源

- 通過與多個可靠來源交叉檢驗來核實信息

使用具體關鍵詞

- 在搜索查詢中使用具體的關鍵詞以縮小搜索範圍

查找引用文獻

- 可靠的信息通常會引用其來源。檢查信息是否有支持的參考文獻

避免偏頗言論

- 當網站呈現偏頗觀點時，要多加小心

如何識別高質素的網上健康資訊

選擇較可靠的網上資訊的提示



這個網站能回答您的問題嗎？



這個是廣告嗎？

- 注：Google有時候會有廣告標籤



這個網站的字母是 .gov
.org /.edu 嗎？



這個網站有拼寫錯誤嗎？



這個網站是來自於專家嗎？

- 論壇上的大多數貼文都不是來自專家，任何人都可以在論壇上貼出回答。

社區資源

HealthLink BC Files

- 超過200份與健康及安全相關而又簡單易明的資料頁

<https://www.healthlinkbc.ca/more/resources/healthlink-bc-files>

Drug and medication A to Z

- 為加拿大處方藥物提供準確獨立的資訊

<https://medbroadcast.com/drug>

Choosing Wisely Canada

- 促進對話以避免不必要的醫療測試、治療及程序

<https://choosingwiselycanada.org/>