

# احم نفسك من المعلومات الصحية المغلوطة

## ما المعلومات الصحية المغلوطة؟

المعلومات المغلوطة هي معلومات خاطئة، أو غير دقيقة، أو مضللة طبقاً لأفضل الأدلة المتاحة في الوقت الحالي.

يمكن للمعلومات الصحية المغلوطة أن تنتشر ادعاءات خاطئة عن الأمراض، والإصابات، والعلاجات والأدوية المحتملة، واللقاحات، والحميات الغذائية، والإجراءات التجميلية، والأمور الصحية الأخرى.

## كيف تحدد المعلومات الصحية المغلوطة؟

اطرح أسئلة إن لم تكن متأكدًا

هل تبدو المعلومات منطقية؟ هل يبدو أنها غير معقولة؟

تأكد إن كانت المواقع الإلكترونية الموثوقة قد شاركت هذه المعلومات

ابحث عن الادعاء في محرك بحث.

هل تشارك المصادر الموثوقة هذه المعلومات كذلك؟

ابحث عن كتب المحتوى

هل كتب اختصاصي الرعاية الصحية أو أحد العلماء هذه المعلومات؟

ابحث عن الأدلة

هل يوجد دليل حديث يدعم الادعاء؟

تحدث إلى اختصاصي الرعاية الصحية الموثوق

اسأل طبيبك أو اختصاصي التمريض إن كانت المعلومات تنطبق عليك.

تعرف على المزيد عن المعلومات الصحية المغلوطة على الموقع الإلكتروني  
[SurgeonGeneral.gov/HealthMisinformation](https://SurgeonGeneral.gov/HealthMisinformation)

المصادر:

– رئيس هيئة المؤسسات الصحية العامة

– المكتبة الوطنية للطب آخر تحديث:

2023



[libguides.sdsu.edu/health/avoid-misinformation](https://libguides.sdsu.edu/health/avoid-misinformation)