

از خود در برابر کژاطلاعات بهداشتی محافظت کنید

کژاطلاعات بهداشتی چیست؟

کژاطلاعات عبارت است از اطلاعاتی که بر اساس بهترین شواهد موجود در آن زمان، نادرست، نادقیق یا گمراهکننده است.

کژاطلاعات بهداشتی می‌تواند ادعاهای نادرستی را در مورد بیماری‌ها، امراض، درمان‌ها و راکارهای احتمالی، واکسن‌ها، رژیم‌های غذایی، روش‌های زیبایی و سایر مسائل بهداشتی مطرح کند.

چطور کژاطلاعات بهداشتی را تشخیص دهیم

اگر مطمئن نیستید، سؤال بپرسید

آیا این اطلاعات با عقل جور در می‌آید؟ آیا غیرقابل باور به نظر می‌رسد؟

بررسی کنید که آیا وبسایت‌های قابل اطمینان این اطلاعات را به اشتراک گذاشته‌اند یا خیر این ادعا را در موتورهای جستجو بنویسید.

آیا منابع قابل اطمینان هم این اطلاعات را به اشتراک گذاشته‌اند؟

ببینید چه کسی این مطلب را نوشته است

آیا یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی یا دانشمند چنین اطلاعاتی را نوشته است؟

شواهد را بررسی کنید

آیا شواهد اخیری برای پشتیبانی از این ادعا وجود دارد؟

با یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی واجد صلاحیت صحبت کنید

از پزشک یا پرستاران بپرسید که آیا این اطلاعات در مورد شما صدق می‌کند یا خیر.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد کژاطلاعات بهداشتی به این سایت مراجعه کنید

[SurgeonGeneral.gov/HealthMisinformation](https://www.SurgeonGeneral.gov/HealthMisinformation)

منابع:

- مطب جراح عمومی
- کتابخانه ملی پزشکی آخرین به‌روزرسانی: 2023



libguides.sdsu.edu/health/avoid-misinformation