



インターネットと健康情報

齊藤 正博

先日の参議院議員選挙では、インターネットを使った選挙運動が解禁されましたが、あなたは利用されましたか。それでは健康情報はいかがですか。若い方を中心に、相当数の利用があるようですね。インターネットの普及によって、医療や健康に関する情報の発信や利用が容易になりました。恩恵もある反面、十分に吟味されていないものや不正な情報、さらには個人的感情論なども氾濫しています。全て正しい訳ではないのです。

それではどのような情報を信用すれば良いのでしょうか。医学の学会や公共の医療機関などからの情報は客観性が高く、偏りが少ない情報であることが多いものです。組織としての責任を重視する立場から、充分吟味した情報を提供しているからです。一方、情報提供の主体が不明確だったり、物品販売などの営利的な目的が隠されているものには注意が必要です。例えば、匿名の医師が無料で健康相談に乗ってくれるサイトがあるようですが、本当でしょうか。なぜ匿名なのでしょう。多くの場合、こうした情報は信用されない方が賢明です。また、コンドロイチンを毎日服用すれば、関節の軟骨が復活するのでしょうか。もしそうなら、髪の毛を刻んで毎日飲めば髪の毛が総々と生えてくるはず。マスコミから発信される情報も、キナコやバナナの例を引くまでもなく付け焼き刃的なものが多いので、信頼度は高くありません。

以前大学病院で診療を行っていた頃を振り返ると、欧米の患者様はしばしば専門書を持参されました。研究学園都市という特殊性もあったのですが、自分の病気を積極的に理解しようとする姿勢に共感と敬意を覚えたことを思い出します。ほとんど無料で手軽なインターネット発信に比較すると、出版には相当のお金と時間がかかります。自ずと吟味された内容になりますので、信頼度を比較すれば出版物の方がはるかに高いものです。時間的余裕があるなら、書籍でお調べいただいた方が間違いは少ないと思います。ただ、健康科学はどんどん進んでいます。古いものには根拠の無い勘違いも多いので、注意してください。

我々が容易に入手出来る様々な情報は、全てが信用に足るものではなく、信用できるかどうか目印もありません。自動車運転の際に安全確認するように、目の前にある情報の真偽を個人の責任で判断する必要があります。そうした自覚を持ってインターネットにアクセスされれば、必ずや有用な情報に巡り会えると思います。

(さいとう まさひろ/横瀬医院院長)

※タイトル文字は滝平二郎

9月の予定

- おはなし会 午後3時から児童室

9月8日(日)
『にゃんきちいっかのだいぼうけん』
『りんごがコロコロコロリンコ』

9月15日(日)
『のうさぎ にげろ』
『お月さまってどんなあじ?』

- 明野図書館所蔵品展「平山郁夫素描ガンダール展」
日本画の大家で文化勲章を受章された平山郁夫氏のデッサンのオリジナル作品と関連資料を展示します。

期間：9月1日(日)～16日(月) ただし2日(月)、9日(月)は休館
場所：明野図書館 一般室

- レースファスナー付きペンケース創作講座

簡単でかわいいペンケースを作ります。

日時：9月29日(日)午後1時半～3時頃まで(受付1時～)

場所：明野図書館 視聴覚室

費用：500円(当日納入) 準備するもの：はさみ、縫い針

申込み：9月3日(火)～25日(水)までに明野図書館へ

募集人員：小学3年生から大人30名程度



図書館カレンダー

| 9月 SEP | | | | | | |
|--------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

【開館時間】
午前10時から
午後6時まで

■は休みです。

| 10月 OCT | | | | | | |
|---------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

ーくらしに生かそうみんなの図書館ー 明野図書館 TEL:0296-52-2466

花さき山のホームページアドレスは、

<http://library.city.chikusei.lg.jp/hanasakiyama/index.html> です。