

## KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK

### EESZT Elektronikus Egészségügyi Szolgáltatói Tér –

<https://www.eeszt.gov.hu/hu/bejelentkezes>

A rendszer lakossági felületének használatához ügyfélkapu regisztráció szükséges, és a TAJ szám megadásával megtekinthető az egészségügyi ellátásunkkal kapcsolatos információk, receptek, orvosi vizsgálatok naplózása, beutalók, laborvizsgálatok eredménye. A rendszer előnyei: a szolgáltatók számára egy helyen elérhetőek a korábbi vizsgálatok eredményei, így gyorsabban felállítható a diagnózis. Nem csúszunk le a szűrővizsgálatokról. Nem felejtjük el kiváltani a recepteket. Hagyományos papír recept nélkül, személyi igazolvány és TAJ kártya felmutatásával kiválthatóak a saját nevünkre kiállított receptek.

**ÁNTSZ** – <https://www.antsz.hu/> A friss és releváns információk a kiemelt dobozokban találhatóak meg: Influenza, Kórházi látogatási tilalom, Levegő Minőség, Oltásbiztonság, Közétkeztetés.

### Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelő – <http://www.neak.gov.hu/>

A Lakosságnak menüpont alatt hasznos információkra lehetünk, például a gyógyszerekről, gyógyászati segédeszközökről, gyógyfürdőkről, anyatej- és tápszerellátásról. Ügyfélkapu regisztrációval az oldalon keresztül elektronikusan is elindíthatjuk ügyintézésünket.

## LINKGYŰJTEMÉNY

### EgészségFigyelő – <http://www.egeszsegfigyelo.hu/>

A Magyarország egészségügyi gyűjtőoldalának lényege az itt elhelyezett linkgyűjtemény, amely felöleli az egészségügyet érintő hazai és részben nemzetközi oldalakat. A Betegségek menüpont kiválasztásával a nekünk releváns kórképekről olvashatunk friss híreket az összegyűjtött portálokról.

## TELEFONOS APPOK A GOOLE PLAY ÁRUHÁZBÓL

**Drink Water Every Day** – Gyakran előfordul, hogy nem iszunk elegendő folyadékot. Ez a Google Play áruházból letölthető applikáció nyomon követi a vízvási szokásainkat és emlékeztet, ha elfelejtünk eleget inni.

**Egészség GPS** – Ha hirtelen kórházra, gyógyszerháza van szükségünk, az app segítségével megtalálhatjuk a hozzánk legközelebb eső intézményt.

**Életmódváltók** – Az applikáción elérhető személyes életmódprogram alapján hónapok alatt változtathatunk életvitelünkön és egy egészségesebb, teljesebb életet élhetünk. Napi étrendet, mozgás tanácsokat, BMI kalkulátort, szénhidrát és kalória kalkulátort is tartalmaz.

**Házipatika Betegséglexikon** – Már telefonon is elérhető a szakértők által összeállított, folyamatosan bővülő adatbázis.

## YOUTUBE CSATORNÁK

**NosSalty Egészség csatorna** – Egészséges receptek, fittvideók

**HáziPatika.com** – Betegségről, egészségről gyógyult betegektől, orvosoktól, gyógyszerészektől.

**Eszel, edzel, jól leszel!** – Egy cukorbeteg gyakorlati tanácsai, hogy éljük meg a cukorbetegséget az egészséges életmódhoz vezető úton.

## Felhasznált irodalom

**BALKÁNYI LÁSZLÓ:** Az egészséggel, egészségüggyel kapcsolatos web-helyek minőségi kritériumai. In: Interdiszciplináris Magyar Egészségügy (később: IME), 2003. 7. sz. 37-40. p.

**KOMLÓSSY VERA:** Az internetes megjelenések szabályozásának vizsgálata a magyarországi egészséggel kapcsolatos tartalmú weboldalakon In: IME, 2005. 7. sz. 45-46. p.

**SCHMIDT JUDIT:** Az internet szerepe az egészségmegőrzésben. In: Élet és Tudomány, 2015. 14. sz. 430-431. p.

E-kommando – Egészségről hitelesen webes forrás: <https://e-kommando.hu/> Letöltés dátuma: 2018.02.23.

Összeállította: Spiegler-Kutasi Nikoletta



Szombathely, Dr. Antall József tér 1.

Telefonszám: +36-94-513-530, +36-94-513-540

E-mail: [bdmk@bdmk.hu](mailto:bdmk@bdmk.hu)

[www.bdmk.hu](http://www.bdmk.hu)

Készült a Berzsényi Dániel Könyvtár háziyomdájában 50 példányban

Felelős kiadó: Nagy Éva

Gy.sz.: 6/2018

KÖNYVTÁR, INTERNET, EGÉSZSÉG

## A MEGBÍZHATÓ EGÉSZSÉGÜGYI INFORMÁCIÓK INTERNETES KALAUZA



INTERNET FIESTA 2018

Számos internetes kutatás és felmérés alátámasztja a tényt, hogy a legtöbbször egészségünkkel kapcsolatos információk kinyerése végett lépünk fel a világhálóra, és bár tudvalevő, hogy a Google mindentudó jó barátunk, azért nem árt az óvatosság.

Az Európai Tanács kezdeményezésére számos szervezet bevonásával kialakították az **Egészséggel kapcsolatos honlapok minőségi kritérium rendszerét**, mely hat fő pontban gyűjti össze azokat a tulajdonságokat, melyek megléte garantálja a rajta közölt adatok hitelességét.

Átláthatóság	A fenntartó, készítő megjelölése. A webhely fenntartásának oka és célja. Pontos célközönség meghatározása A webhely fenntartását finanszírozó források.
Szerzőség	A webhelyen megjelenő tartalmak pontos forrásmegjelölése.
Az adatok védelme	A webhely fenntartójának biztosítania kell a felhasználók személyes adatainak védelmét, láthatatlanságát.
Az adatok frissítése és érvényessége	A honlapnak közölnie kell a frissítés gyakoriságát és a legutóbbi frissítés dátumát is.
Számonkérhetőség	A felhasználók számára biztosítania kell a visszacsatolás lehetőségét. A partnereknél megjelenő tartalmakért is vállalni kell a felelősséget.
Elérhetőség	Biztosítania kell a fizikai elérhetőséget és megtalálhatóságot, továbbá a webhely tartalmának kereshetőségét, olvashatóságát és használhatóságát.

## KERÜLJÜK AZ OLYAN OLDALAKAT, AMELYEK:

- ⇒ kéretlen, villódzó reklámokat tartalmaznak
- ⇒ erőszakos, háttérben futó alkalmazásokat futtatnak
- ⇒ megosztásra buzdítanak
- ⇒ gyógyíthatatlan betegségekre megoldást kínáló címet tartalmaznak

## TEMATIKUS PORTÁLOK

### WEBBeteg.hu – Orvosoktól betegeknek, hitelesen

<http://www.webbeteg.hu/>

Magyarország legnagyobb és szakorvosok által is ajánlott egészségügyi portálja. A WEBBeteg portál célja, hogy hiteles, szakmai háttérrel megerősített platformon kezelje az egészségügyi problémákkal küzdő internetezők problémáit, továbbá segítsen az egészségtudatos életforma kialakításában és fenntartásában, valamint biztonságos kommunikációs fórumot teremtsen orvos és betege számára. Az oldalon megtalálhatók orvosszakmai tartalmaknak minősülő cikkek is. Regisztrációval személyes kórlapot vezethetünk, laboreredményeinket ki tudjuk elemezni, hozzászólhatunk a fórumok, blogok témáihoz, hírlevelet kaphatunk az általunk megjelölt érdeklődési köröknek megfelelően. Az oldal további erőssége a Beteg Klub, ahol gyakori betegségekről – diabétesz, étel-intolerancia stb. - valós helyzetekben született, őszinte vallomások, gyakorlati tanácsokat olvashatunk.

### InforMed.hu – Orvosi és életmód portál

<http://www.informed.hu/>

Folyamatosan frissített, szerkesztett portál, ahol a beteg kérdez és az orvos válaszol. A két legfontosabb menüpont az „Orvos válaszol” és a „Betegségek”, ahol megtalálhatjuk a keresett betegséggel kapcsolatos részletes, átfogó információkat. A honlap segít az egészségtudatos életmód kialakításában, a betegségek megelőzésében. Az Életmód menüpont legördítésével számos lehetőség kínálkozik pl.: a Babanapló, mely végigviszi az olvasót a gyermek testi, lelki, szociális fejlődésének szakaszain, a hivatkozott szakirodalmi forrásokat is megjelölve.

### Házipatika.com

<https://www.hazipatika.com/>

Az oldal célja, hogy friss, hiteles információkat juttasson el a betegségekről, egészséget érintő kérdésekről olvasóinak. Az oldalon található betegségelexikon, gyógyszerkereső, laboreredmény-értelmező. Az egészséges életmódhoz szükséges recepteknél az egy adagra jutó szénhidrátartalom is fel van tüntetve. Az oldal kommunikációs felület is egyben, így szakembereknek tehetjük fel egészségügyi állapotunkat érintő kérdéseinket.

### KamaszPanasz.hu – Kamaszokról, kamaszoktól, kamaszoknak

<http://www.kamaszpanasz.hu/>

A tapasztalatok azt bizonyítják, hogy a fiatalabb korosztály szívesen keres választ az egészségével felmerülő kérdésekre. A webhely áruklodó címe arra utal, hogy ezen az oldalon szakemberek (szakorvosok, pszichológusok, pedagógusok), és persze az érintett közösség képviselőinek tolmácsolásában kerülhetünk közelebb a kamaszok világához, és azon belül is az őket gyakran érintő egészségügyi témákhoz, mint a stressz, az alkoholfogyasztás, az első szex és velejárói stb. A honlap telis tele van hasznos információkkal, komplett háttéranyagokkal.

## BLOGOK

**MedIQ** – <http://mediq.blog.hu/> Dr. Meskó Bertalan PhD orvosi jövőkutató blogja. Fő kutatási területe az egészségügy és a digitális technológiák.

**ENThouse** – <http://enthouse.hu/> A blog kettős célt szolgál – szakmai témákban kíván hozzájárulni az orvoskollégák tapasztalatszerzéséhez, másrészt a betegek korszerű, hiteles tájékoztatásához, felvilágosításához.

**Védőoltás blog** – <http://vedooltas.blog.hu/> – A védőoltásoknak köszönhetjük, hogy egyes betegségeket ma már csak tankönyvekből ismerünk. A blog célja, hogy a lakosság minél szélesebb körében elterjedjen a védőoltások hasznosságáról kialakult nézet, másrészt az egyes védőoltások hatásáról nyújt részletes szakmai információkat.