



Tip-tip aman berselancar di website medis

Jika Anda mencoba mencari informasi medis untuk pribadi atau seseorang yang Anda cintai dan Anda tidak cukup beruntung mendapatkan akses pada seorang staf perpustakaan riset profesional, apa yang akan Anda lakukan ?

Fitur reguler "Empowered Patient" dari koresponden CNN Medical News Elizabeth Cohen membantu Anda menjadi pengemudi dalam layanan kesehatan. Asumsi "Empowered patient", Anda telah mengetahui dasar pencarian internet yang baik : situs .gov/.go dan .edu/.ac dapat dipercaya, begitu pula pusat kesehatan medis utama dan organisasi-organisasi kesehatan, contohnya mayoClinic.com, www.pom.go.id, www.IDonline.org.

Menurut Jan Guthrie, direktur The Health Resource, layanan riset medis berbayar, ada lebih banyak yang dapat Anda lakukan.

Bagi yang pencari internet yang masih haus, berikut beberapa tip agar menjadi peselancar andal :

1. Gunakan mesin pencari yang menyaring 'sampah' bagi Anda

Ada banyak 'sampah' di internet. Menurut Alan Sielman, CEO dari URAC, sebuah perusahaan yang mensertifikasi website kesehatan, di luar sana ibarat wild, wild, west. Anda harus benar-benar siaga bila mengunjungi situs di internet.

Gunakan mesin pencari untuk melihat hanya situs-situs profesional yang telah diakui oleh para profesional kesehatan, seperti medlineplus.gov dan imedix.com. Healthfinder.gov mencari informasi pada website kesehatan pemerintah.

2. Temukan blogger pintar untuk penyakit Anda

Beberapa blogger melakukan pekerjaan yang sangat baik dalam menautkan sumber spesifik ke penyakit Anda.

3. Investasikan 30 menit di dalam tutorial pubmed.gov

Pubmed.gov mencari literatur medis, tapi secara intuitif lengkap. Waktu yang berguna untuk belajar bagaimana menggunakannya melalui tutorial. Gugup karena Anda tidak paham istilah teknis dalam artikel medis ? Tidak perlu. Guthrie menyarankan membaca awal studi sampai akhir. Kesimpulan akan memberitahukan kepada Anda apakah penanganan dalam studi itu efektif, moderat atau sama sekali tidak efektif.

4. Klik informasi tentang pertemuan tahunan

Misalnya Anda baru didagnosis kanker payudara. Anda perlu mengunjungi asco.org, situs American Society for Clinical Oncology dan lihat informasi

tentang penanganan kanker payudara terkini yang didiskusikan dalam pertemuan tahun lalu. hal ini memotong informasi karena informasi yang dipresentasikan di dalam konferensi 6-12 bulan sebelum dipublikasikan dalam jurnal medis.

5. Jika Anda ragu-ragu tentang sebuah website, klik "about us"

Biasanya jelas siapa yang mengelola sebuah website. Kadang-kadang tidak. Klik pada "about us" seharusnya menjelaskan hal ini. Dengan mengetahui siapa di balik informasi yang Anda baca (khususnya jika mereka berusaha menjual sesuat pada Anda), membantu Anda mengevaluasi apakah informasi ini bias. Jika Anda tidak dapat mengetahui gambaran yang menjalankan situs itu, jangan gunakan !

Ada 2 hal paling berharga sebagai saran :

1. Gunakan sumber internet secara kombinasi.
2. Jangan harapkan internet menyembuhkan penyakit Anda. Informasi di internet tidak menyembuhkan kanker Anda. Hal ini hanya mengarahkan Anda pada dokter terbaik dan pilihan terbaik. (NFA)

Sumber : <http://edition.cnn.com/2008/health/02/21/e.p.web.sites/index.html>