

Modul 3

Iskanje in izbiranje zdravstvenih informacij



HEAL
E-HEALTH LITERACY



Co-funded by
the European Union

Kolofon

Projekt je financirala Evropska komisija. Gre za strateško partnerstvo KA2 Erasmus+ z referenčno številko 2021-1-DE02-KA220-ADU-000026661. Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti EACEA.

Datum: Avgust 2023

Projektni rezultat: PR2

Avtorji / Soavtorji:

Stiftung Digitale Chancen: Dörte Stahl, Nenja Wolbers

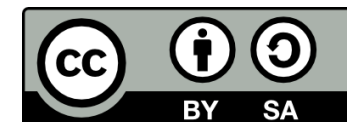
Asociacija "Viešieji interneto prieigos taškai": Monika Arlauskaitė, Laura Grinevičiūtė

IASIS NGO: Athanasios Loules, Theodora Alexopoulou, Ilias - Michael Rafail

Ynternet.org: Leonor Afonso, Thanasis Priftis

Simbioza Genesis, socialno podjetje: Brigita Dane

Licenca: Creative Commons Attribution-ShareAlike
4.0 International



Učni rezultati

Po usposabljanju boste:

1. seznanjeni z načini naprednega iskanja informacij, povezanih z zdravjem, z uporabo Googlovih storitev in izdelkov
2. znali prepoznati varne in zanesljive zdravstvene informacije na spletu
3. spoznali načine, kako družabni mediji pripomorejo pri iskanju in izbiri zanesljivih in zaupanja vrednih zdravstvenih informacij na spletu



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 1:

- Barometer razpoloženja

Aktivnost št. 2:

- Povratne informacije udeležencev usposabljanja

Predavanje št. 1:

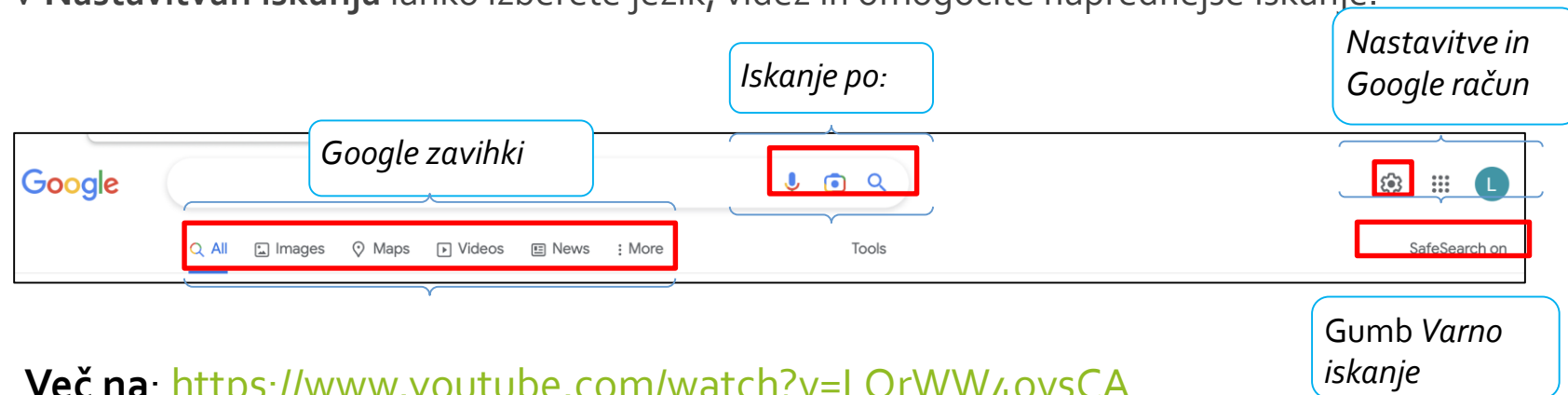
Napredno iskanje zdravstvenih informacij z Googlom

- Ne glede na to, ali odprete Google.com v spletnem brskalniku pametnega telefona, tabličnega računalnika ali računalnika, se zdi, da odprete prazno stran in ne vidite veliko informacij. **Vendar pa sem vsak dan z vprašanji o najrazličnejših stvareh prihaja na milijarde ljudi!**
- Zdravstvene teme so ena izmed najbolj priljubljenih tem, ki jih iščejo uporabniki interneta. Po Googlovih ocenah je **7 % dnevnih iskanj v Googlu povezanih z zdravjem.**
- **Ste tudi vi med tistimi, ki v Googlu iščejo informacije o boleznih, s katerimi se soočate?** Trajanje gripe, posebna dieta, specialistične klinike/bolnišnice, zdravniki, zdravilo itd.
- Ali ste vedeli, da **obstajajo številni uporabni nasveti in triki**, ki vam lahko **pomagajo** pri iskanju tistega, kar iščete.
- Spoznajte, kako iskati informacije, povezane z zdravjem, z uporabo iskalnikov **Google, Scholar in tehnologijo Lens.**



Nasveti za učinkovito iskanje v Googlovem iskalniku

- **Uporabljajte zavihke.** Pod iskalno vrstico so številni zavihki: All (**Vse**), Image (**Slike**), Videos (**Videoposnetki**), News (**Novice**) in More (**Več**). S temi zavihki lahko določite, kakšno vrsto iskanja želite opraviti.
- **Osredotočite se na ključne pojme vašega iskanja.** Iskalni pojmi naj bodo preprosti. Uporabljajte le najpomembnejše pojme.
- **Pojmov ni treba pravilno črkovati, prav tako ni potrebno uporabljati velikih tiskanih črk.**
- **Brskajte varno** in v nastavitvah iskanja vklopite funkcijo SafeSearch/Varno iskanje.
- Išcite tudi po **glasu** in **sliki**.
- Na večini strani z rezultati iskanja so **Googlovi oglasi** (Google ADS). Oglas pomeni, da so lastniki spletnih strani Googlu plačali, da je njihova spletna stran prikazana na vrhu strani.
- V **Nastavitvah iskanja** lahko izberete jezik, videz in omogočite naprednejše iskanje.



- **Več na:** <https://www.youtube.com/watch?v=LQrWW4ovsCA>

Googlovi iskalni operatorji

- Iskanje lahko izboljšate z uporabo Googlovih iskalnih operatorjev (ukazov).
- Googlovi iskalni operatorji so kombinacije besed, simbolov in ukazov, ki izboljšajo rezultate iskanja besedila v iskalniku Google.
- V naslednjih diapozitivih boste našli nekaj najpogostejše uporabljenih operatorjev s konkretnimi primeri, kako jih uporabiti pri iskanju informacij, povezanih z zdravjem.

"ehealth"site:who.int/



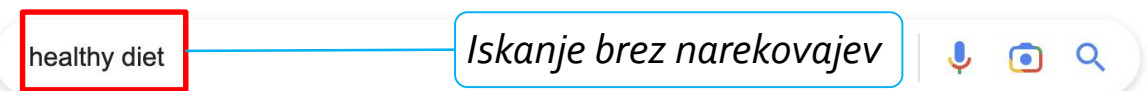
Co-funded by
the European Union

Uporaba operaterjev: " "; OR; AND; Filetype; Site; -; Domain

Iskalni operaterji	Primeri
" "	"kaj je e-zdravje" (Iskanje natančnih besed ali besednih zvez", z uporabo narekovajev omejite število iskanih rezultatov)
AND Omejitev rezultatov	simptomi AND koronavirus (Iskanje vsebine, ki vsebuje obe besedi simptomi IN koronavirus)
OR En pojem ALI drug pojem	simptomi OR koronavirus (Iskanje vsebine, ki vsebuje obe besedi simptomi ALI koronavirus)
Filetype/ Vrsta datoteke pdf, docx, txt, ppt, etc datoteke	e-zdravje filetype:pdf (Iskanje rezultatov po vrsti datoteke)
Site/Stran: Vključitev spletnega mesta v iskanje	ehealth site:wikipedia.org (Rezultati so omejeni samo na rezultate v Wikipediji)
- Izključitev pojma iz iskanja	drugs for headache pain relief –ibuprofen (Rezultati so omejeni le na zdravila za lajšanje glavobola in ne na izraz ibuprofen)
de, lt, gr, sl Domain/Domena	domain: de ehealth Spoznajte druge perspektive



Primer #1: Kako uporabljati " "



[All](#) [Images](#) [News](#) [Videos](#) [More](#) [Tools](#)

About 7,810,000,000 results (0.43 seconds)

Ad · <https://www.dietdoctor.com/>

Healthy Diet Plans - Take Charge of Your Health

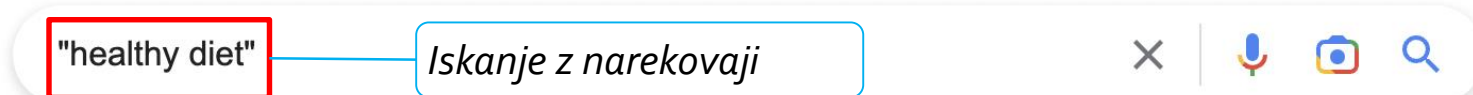
Try our Custom **Diet** Plans at Home Using Simple Household Ingredients with Our Free Trial.
Sign Up to **Diet** Doctor Plus Today and Get Full Access to Our **Healthy** Plan for 30 days. 24/7
Community Support. **Healthy** Long-Term Plans. Free 1 Month Trial. Personalized Meal Plans.

Weight Loss for Women

Personalised Weight Loss Sign Up for a Free

Weekly Meal Plans

Weekly Plans to Cook at Home Sign Up for :



[All](#) [Images](#) [News](#) [Videos](#) [More](#) [Tools](#)

About 56,800,000 results (0.64 seconds)

<https://www.nhs.uk> > ... > How to eat a balanced diet

8 tips for healthy eating - NHS

The key to a **healthy diet** is to eat the right amount of calories for how active you are so you balance the energy you consume with the energy you use.

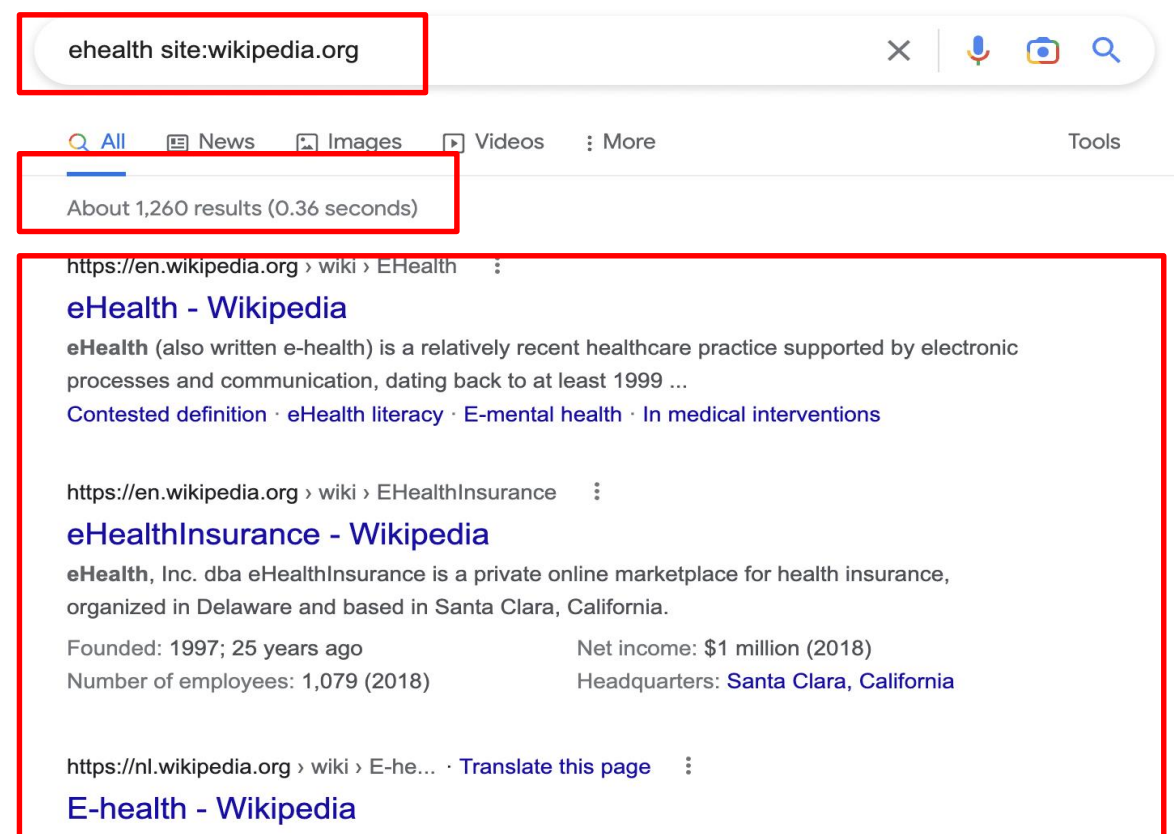
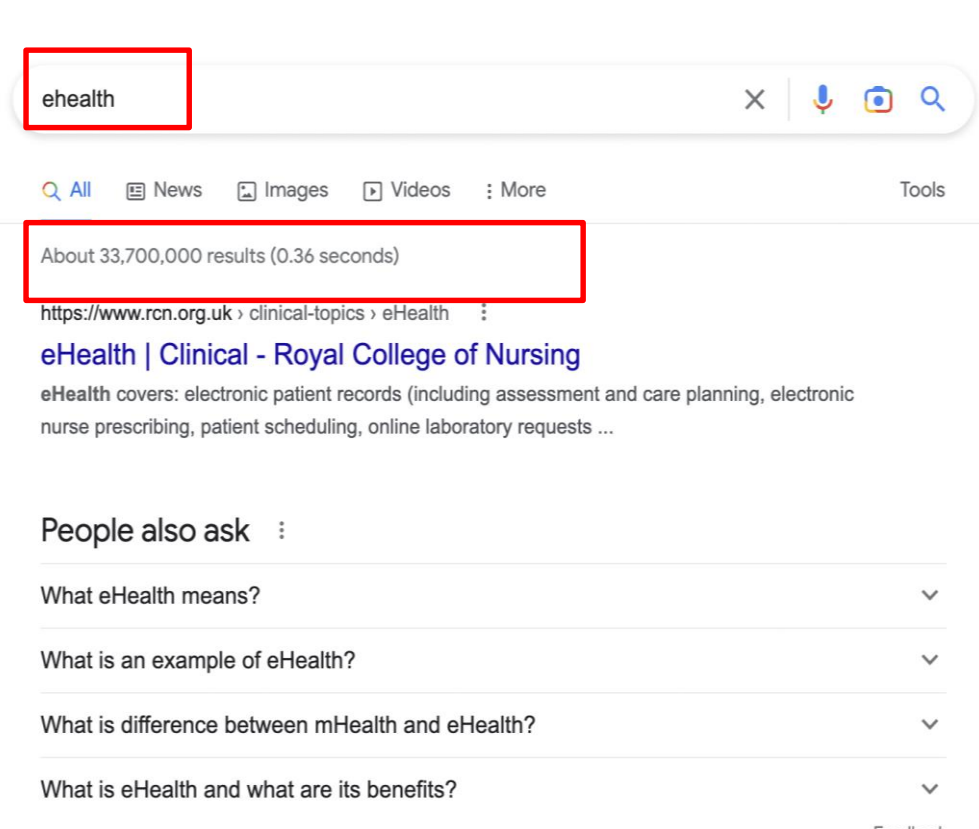
Iščete lahko **točno določene besede** ali **besedne zveze**, da zožite rezultate. Vse, kar morate storiti, je, da okoli zelenih iskalnih izrazov **postavite narekovaje** " ". Če na primer iščete "zdrava dieta", bodo rezultati iskanja vključevali le rezultate z natančnimi odgovori na vaš iskalni izraz, namesto katerega koli izraza o zdravi dieti.



Co-funded by
the European Union

Primer #2: Kako uporabljati ukaz *site*:

Če iščete informacije o določeni spletni strani, uporabite operater ***site***: Rezultati bodo omejeni na rezultate z določenega spletnega mesta. Na primer, informacije o e-zdravju želite prejeti iz Wikipedije. Vnesite ključno besedo e-zdravje (***ehealth***) vstavite ***site***: **skupaj s povezavo do spletne strani**. V tem primeru bodo informacije iskane samo na navedeni spletni strani.



Co-funded by
the European Union



Primer #3: Iskanje informacij v drugih državah

Raziskujete določeno zadevo in bi radi pridobili mnenje od drugod. Na primer, živite v Sloveniji in bi radi izvedeli več o zdravstvenem sistemu v Nemčiji. Nemška domena se konča na "**de**". Zato v iskalnik vpišite **site: de healthcare** (zdravstveno oskrba) in dobili boste številne nemške spletne vire.

The screenshot shows a Google search interface. The search bar at the top contains the text "site:de healthcare" and is highlighted with a red rectangle. To the right of the search bar are icons for clearing the search, voice search, image search, and a magnifying glass. Below the search bar, there are tabs for "All", "News", "Images", "Maps", and "More", with "All" being the selected tab. To the right of these tabs is a "Tools" link. Below the tabs, it says "About 23,300,000 results (0.93 seconds)". The first search result is from "https://www.salesforce.de" and is titled "The world's #1 CRM reimagined for healthcare and life sciences." The URL and title are highlighted with a red rectangle. The snippet below the title reads: "The world's #1 CRM reimagined for healthcare and life sciences. · Take patient relationships and medical innovation to new heights. · Salesforce for Healthcare." The second search result is from "http://www.bain.de" and is titled "Healthcare and Life Sciences Consulting | Bain & Company". The URL and title are highlighted with a red rectangle. The snippet below the title reads: "Our healthcare and life sciences consultants help healthcare companies solve strategy, operations, organization, M&A and digital issues, while capitalizing ...". The third search result is from "https://t1p.de" and is titled "Universal Health Coverage - World Health Organization (WHO)". The URL and title are highlighted with a red rectangle. The snippet below the title reads: "Universal health coverage means that all people have access to the health services they need, when and where they need them, without financial hardship."



Co-funded by
the European Union



Iskanje spletnih
vsebin z uporabo
spletne
platforme
Google Scholar
(Google Učenjak)

Google Scholar

- Brskalnik Google Scholar (Google Učenjak) je posebej specializiran za iskanje akademskih virov.
- Je zanesljivo orodje za iskanje verodostojnih in kredibilnih virov.
- Google Učenjak išče informacije z vneseno ključno besedo.
- Zaradi tega je zelo priporočljivo, da si pred iskanjem informacij ustvarite seznam ključnih besed.



Co-funded by
the European Union

Iskanje spletnih vsebin z uporabo spletne platforme Google Scholar (Google Učenjak)

Iščete lahko po datum objave člankov.

Vnesite ključne besede za vaše iskanje

Prijavite se v Googlov račun.

Funkcija navedbe/citiranja

Tukaj lahko najdete vaše shranjene članke.

S pritiskom na *save*/shrani članke shranite v svojo knjižnico.

Prikazuje število spletnih mest, v katerih je članek na voljo.

Prikaz formata članka

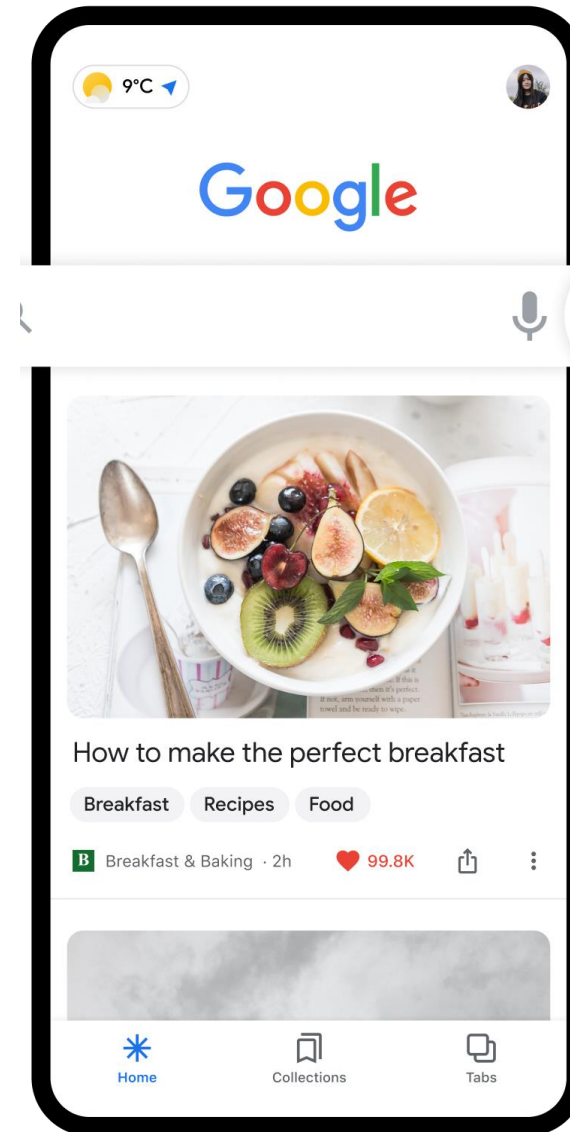
The image shows a screenshot of the Google Scholar website. The search bar at the top contains the text "about e-health in Europe". Below the search bar, there are two article listings. The first article is titled "Social, ethical and legal barriers to e-health" by JG Anderson, published in the International Journal of Medical Informatics in 2007. It has 586 citations and 6 versions. The second article is titled "Socio-technical and organizational challenges to wider e-Health implementation" by M Vitacca, M Mazzu, and S Scalvini, published in Chronic Respiratory Disease in 2009. It has 38 citations and 4 versions. The left sidebar contains filters for "Any time", "Sort by relevance", "Any type", and "Create alert". The top right corner shows a user profile icon and a "My library" link. The bottom right corner shows a "PDF" link for the second article.



Co-funded by
the European Union

Kako vam aplikacija *Google Lens* lahko pomaga pri izboljšanju vaše digitalne zdravstvene pismenosti

- **Google Lens** je orodje za vizualno iskanje, ki temelji na tehnologiji umetne inteligence – tehnologij uporablja kamero pametnega telefona za prepoznavanje predmeta pred objektivom kamere in nato izvaja dejanja, kot so prevajanje, iskanje specifičnih stvari, skeniranje itd.
- Če želite uporabljati aplikacijo Google Lens, morate v svoj pametni telefon ali tablični računalnik namestiti aplikacijo Google.. Google Lens deluje v obeh operacijskih sistemih: **IOS in Android**.
- Obe aplikaciji lahko brezplačno prenesete v svoj pametni telefon iz trgovine **Google Play** ali **App Store**. Danes je ta programska oprema že vgrajena v številne telefone.
- **Spoznavmo 3 konkretne primere, kako vam lahko pomaga Google Lens.**

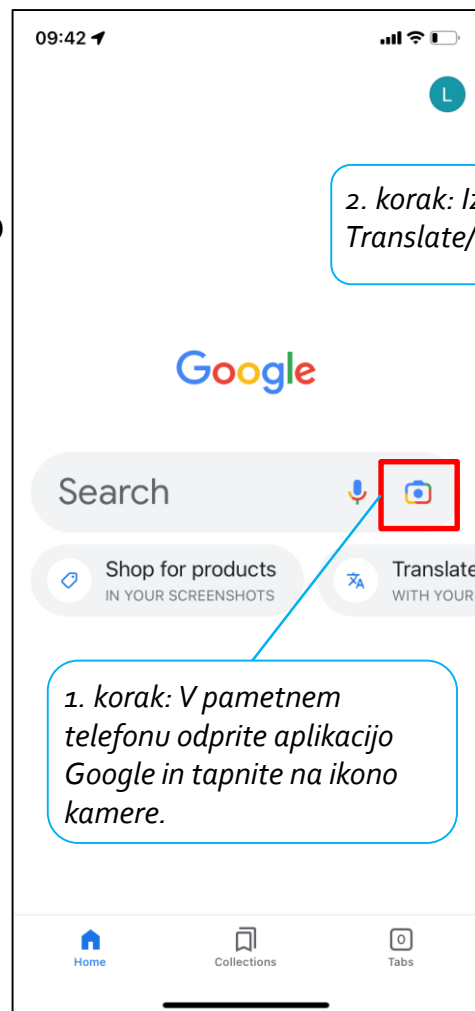


Google Lens
slika

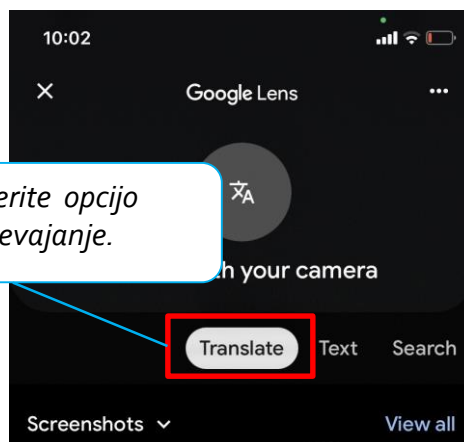
Primer #1: Kopiranje in prevajanje besedila iz realnega okolja

Ali ste vedeli, da lahko s pomočjo Google Lens prevedete natisnjeno besedilo ali katero koli drugo besedilo, napisano na steni ali v knjigi, iz enega jezika v drugega?

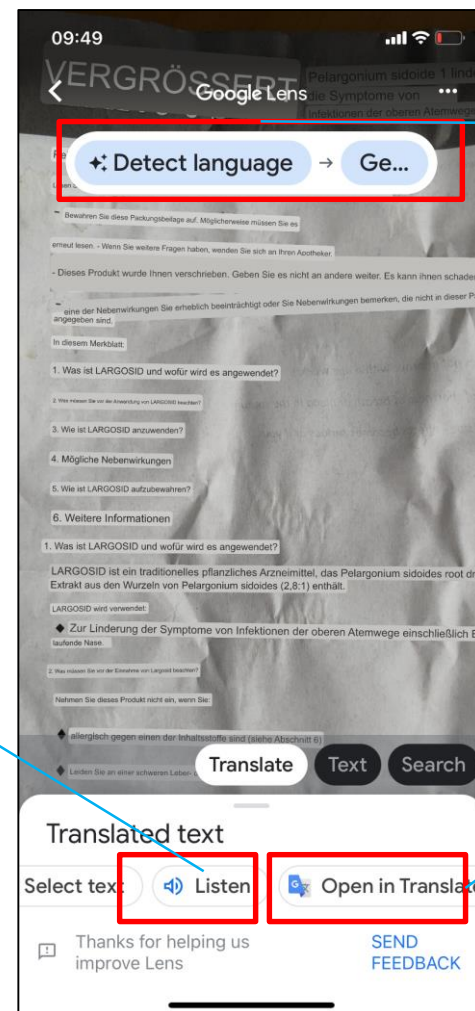
Imate na primer opis zdravila v enem jeziku in ga želite prevesti v drug jezik. V naslednjih navodilih si oglejte, kako to storite z Google Lens.



1. korak: V pametnem telefonu odprite aplikacijo Google in tapnite na ikono kamere.



2. korak: Izberite opcijo Translate/Prevajanje.



3. korak: Uporabite funkcijo Detect language (Zaznaj jezik) in določite jezik, v katerega želite prevesti.

4. korak: Izberite besedilo, ki ga želite prevesti, in naredite fotografijo.

5. korak: Prevedeno besedilo lahko preberete na zaslonu, lahko pa izberete tudi možnost Listen/Poslušanje.

Opomba: nekateri jeziki, kot sta litovščina in slovenščina, še niso podprti in jih ni mogoče poslušati, temveč le brati.

Če želite, lahko besedilo odprete v Google Translator (Google prevajalnik) in najdete prevod tam.

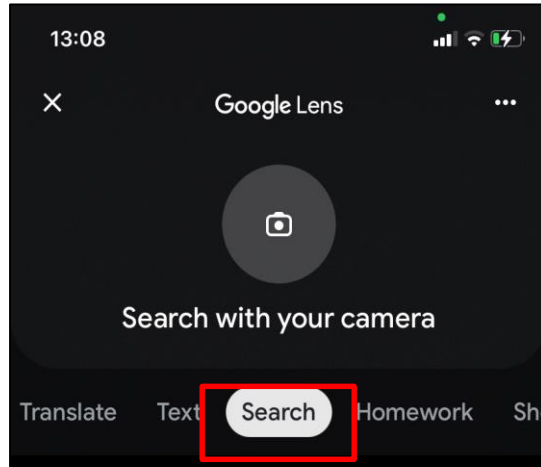


Co-funded by
the European Union

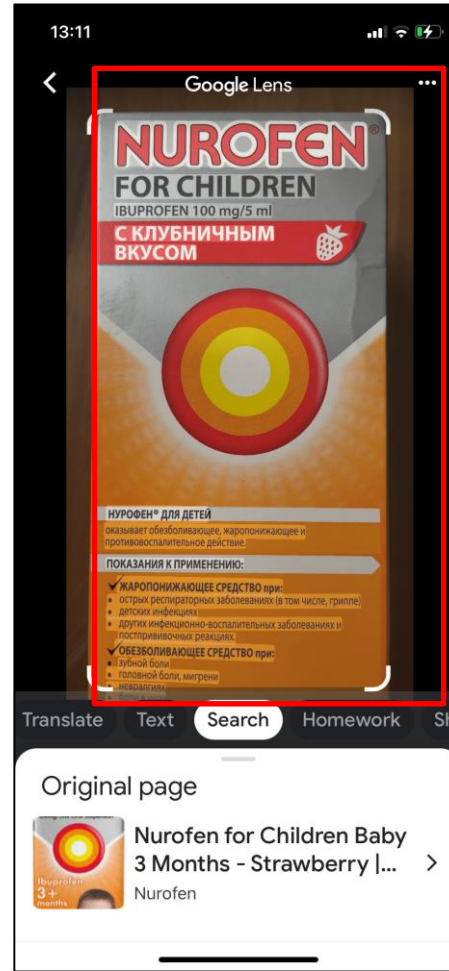
Primer #2: Iskanje podobnih fotografij

Ali ste vedeli, da lahko za iskanje informacij v aplikaciji Google Lens uporabite kamero pametnega telefona ali sliko?

Npr. niste prepričani, kakšno zdravilo imate v škatlici z zdravili. Lahko posnamete fotografijo in Google Lens lahko hitro prepozna predmete na vaši sliki ter predstavi številne vrste informacij o njih.

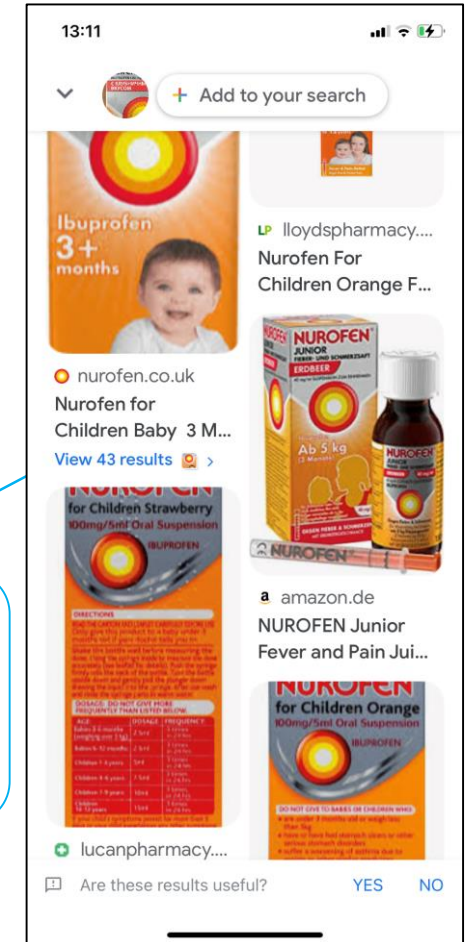


1. korak: V aplikaciji Google Lens izberite možnost Search /Iskanje.



2. korak: Izberite predmet, ki ga želite najti na internetu, in ga fotografirajte.

3. korak: Google Lens bo poiskal ustrezne in povezane informacije v zvezi z vašo fotografijo.

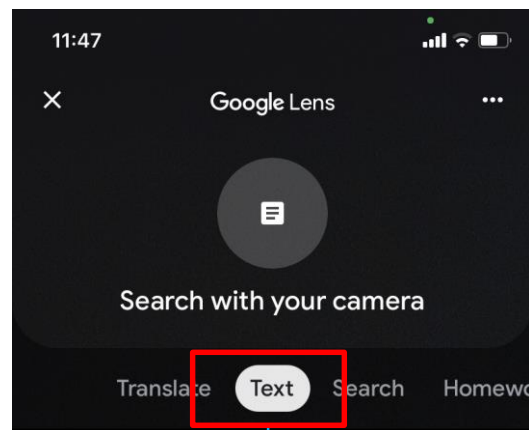


Co-funded by
the European Union

Primer #3: Pošiljanje besedila iz realnega okolja v računalnik ali prenosnik

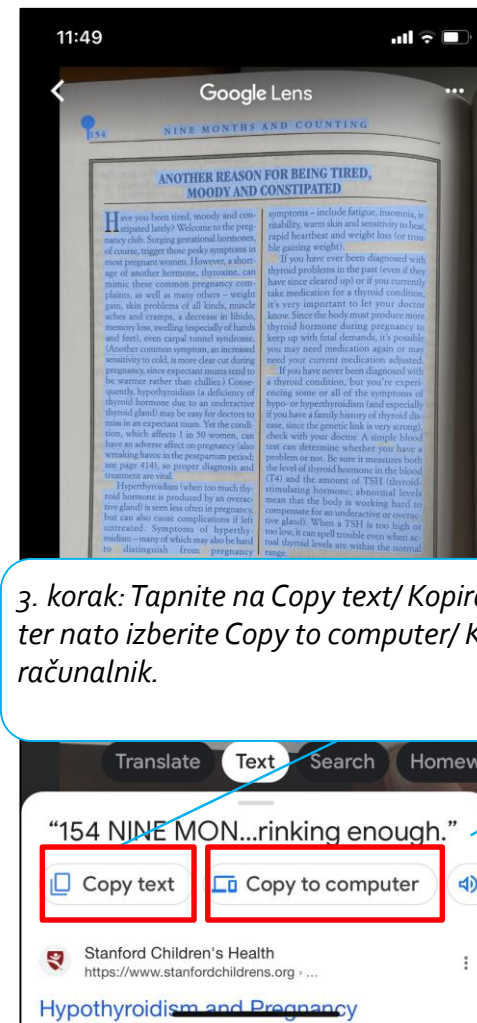
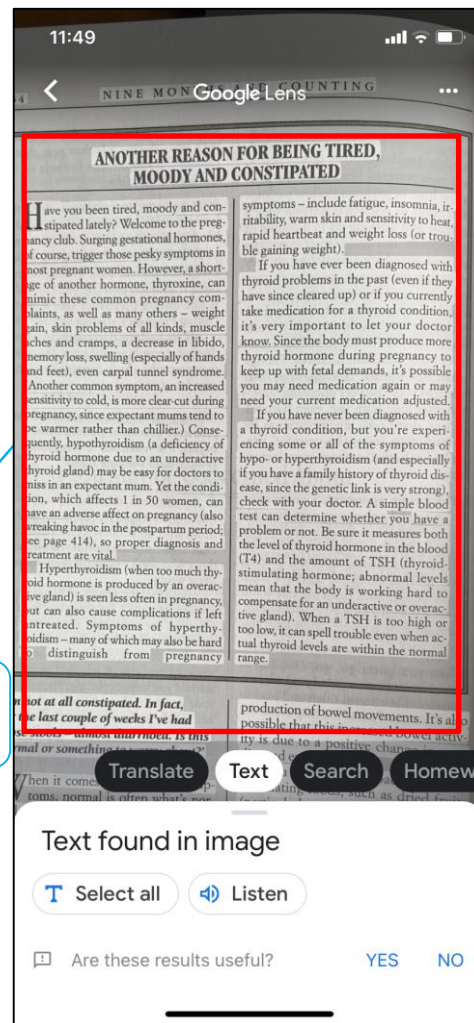
Z Google Lens lahko besedilo kopirate in nato prilepite v prenosnik ali dokument.

Na primer, sedite v čakalnici pri zdravniku. Medtem ko čakate na obisk, berete revije o zdravju. Nenadoma najdete zelo koristen članek, ki bi ga radi shranili. Namesto fotografiranja s pametnim telefonom lahko s funkcijo Google Lens kopirate in prilepite besedilo v svoj prenosnik.



1. korak: V aplikaciji Google Lens izberite možnost Text/Besedilo.

2. korak: Fotografirajte besedilo.



3. korak: Tapnite na Copy text/ Kopiranje besedila ter nato izberite Copy to computer/ Kopiranje v računalnik.



Co-funded by
the European Union

Ostale uporabne funkcije Google Lens



- Google Lens lahko uporabljate na številne druge načine. Predstavljen je bil le vrh ledene gore - Google Lens ima še veliko drugih funkcij, kot so:
- Lahko vam na glas **prebere besedilo**.
- **Nakupovanje:** Google Lens lahko na sliki prepozna kos oblačila. Ko ga skenira, vam prikaže ta kos oblačila ali podobne kose oblačil, ki jih nato lahko seveda tudi kupite.
- **Klicanje:** če ste optično prebrali telefonsko številko, vam ponudi možnost, da jo pokličete.

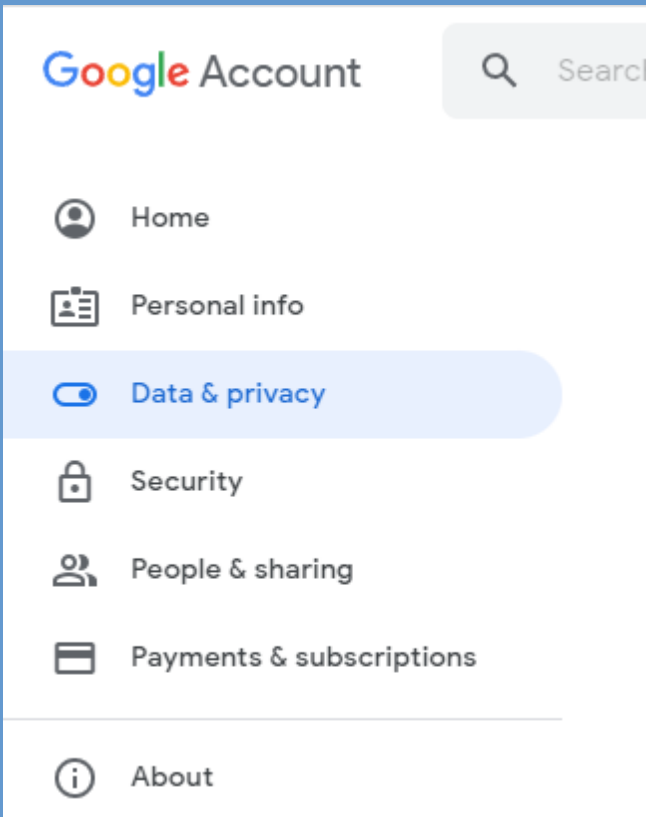
Za še več funkcij kliknite na spodnjo povezavo:


<https://www.computerworld.com/article/3572639/google-lens-android.html>



Co-funded by
the European Union

Bodite pozorni!



- Čeprav je Google iskanje ena izmed najbolj priljubljenih Googlovih storitev, ki jo uporablja na milijarde ljudi, se zavedajte, da **Google zbira, shranjuje in obdeluje ogromne količine podatkov.**
- Google ve veliko o vas in o tem, kaj počnete vsak dan (kje ste bili, katere teme vas najbolj zanimajo, pozna vašo zgodovino v YouTubeu, vaše navade pri uporabi storitve Google Play itd.).
- Podrobne informacije o svojih podatkih najdete v nastavitvah Google računa na zavihku Data&Privacy/ Podatki in zasebnost. 
- S klikom/tapom na zavihek si lahko ogledate različne vrste podatkov, ki jih Google zbira o vas.



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 2

Iščite in najдите
informacije

- Napredno iskanje v Googlu

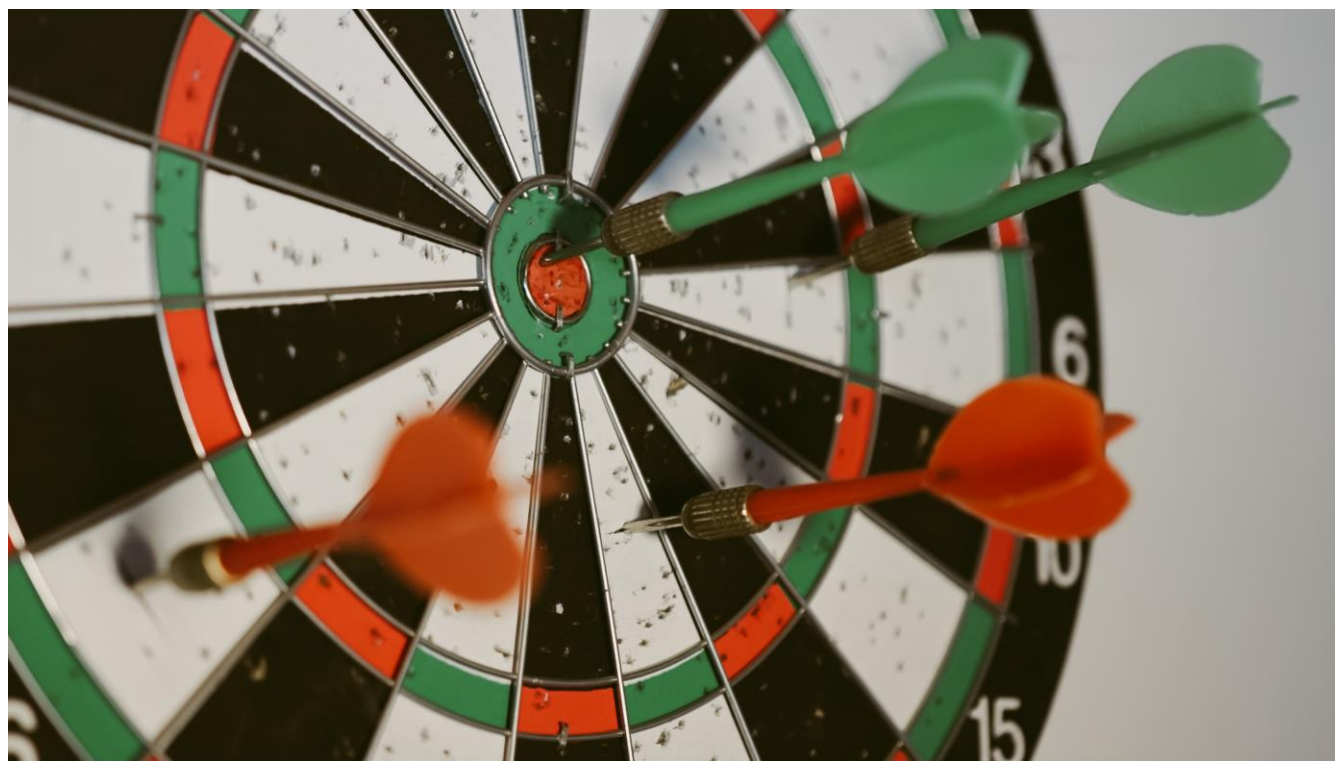
Aktivnost št.3

Kako
prepoznati
varne in
zanesljive
zdravstvene
informacije na
spletu

- Povratne informacije udeležencev

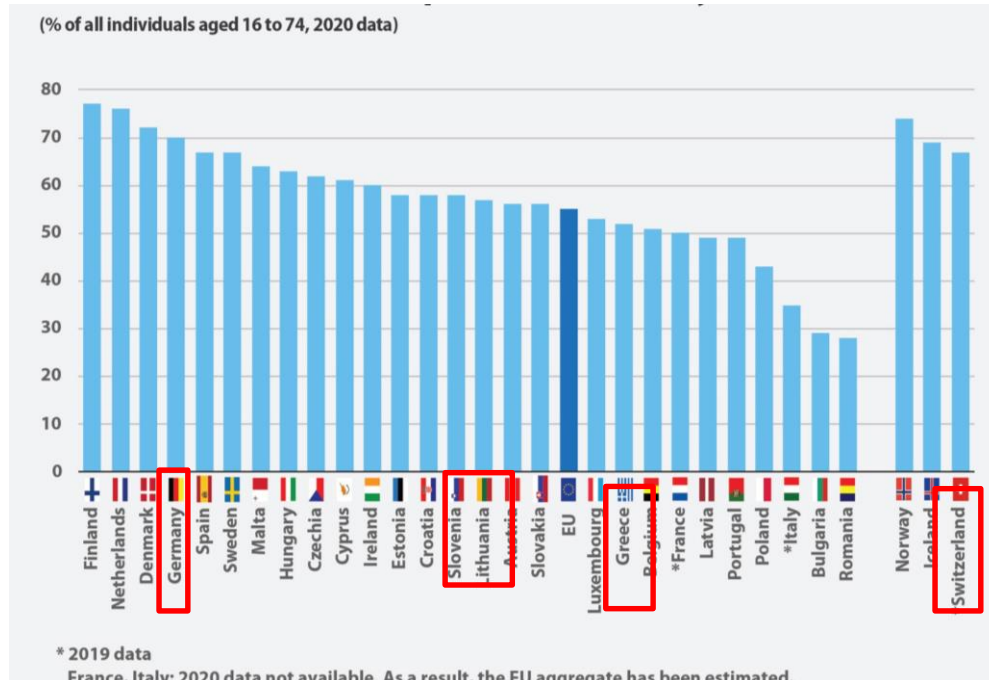
Predavanje št. 2

5- W-jev za
prepoznavanje
varnih in zanesljivih
zdravstvenih
informacij na
internetu



Dejstva in številke

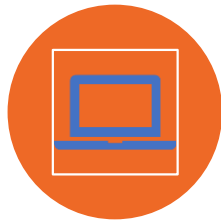
Delež/odstotek ljudi, ki iščejo informacije na spletu



- Po podatkih Eurostata iz leta 2021 je vsak drugi državljan EU (55 %), star od 16 do 74 let, navedel, da je na spletu iskal zdravstvene informacije v zvezi s poškodbami, boleznimi, prehrano, izboljšanjem zdravja in podobno.
- 20 % državljanov EU je navedlo, da so se prek spleta dogovorili za obisk pri zdravniku.
- Do drugih zdravstvenih storitev je 13 % vprašanih namesto osebne obiska bolnišnice ali zdravnika dostopalo prek spletne strani ali aplikacije.
- 11 % državljanov je do svojih osebnih zdravstvenih podatkov dostopalo prek spleta.

Internet vse bolj postaja prvi vir informacij o zdravju.

Ali lahko zaupam zdravstvenim informacijam, ki jih najdem na internetu in kako se lahko nanje zanesem



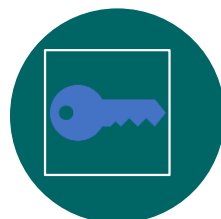
Čeprav je Google lahko odličen vir informacij, niso vse informacije na spletu zanesljive, točne in kakovostne.



Iskanje kakovostnih informacij o zdravju lahko pomaga pri sprejemanju boljših odločitev glede vašega zdravja.



Enako velja, ko govorimo o zdravstvenih informacijah na spletu. Informacije so lahko zelo koristne, lahko pa so tudi zavajajoče in morda celo nevarne za naše zdravje.



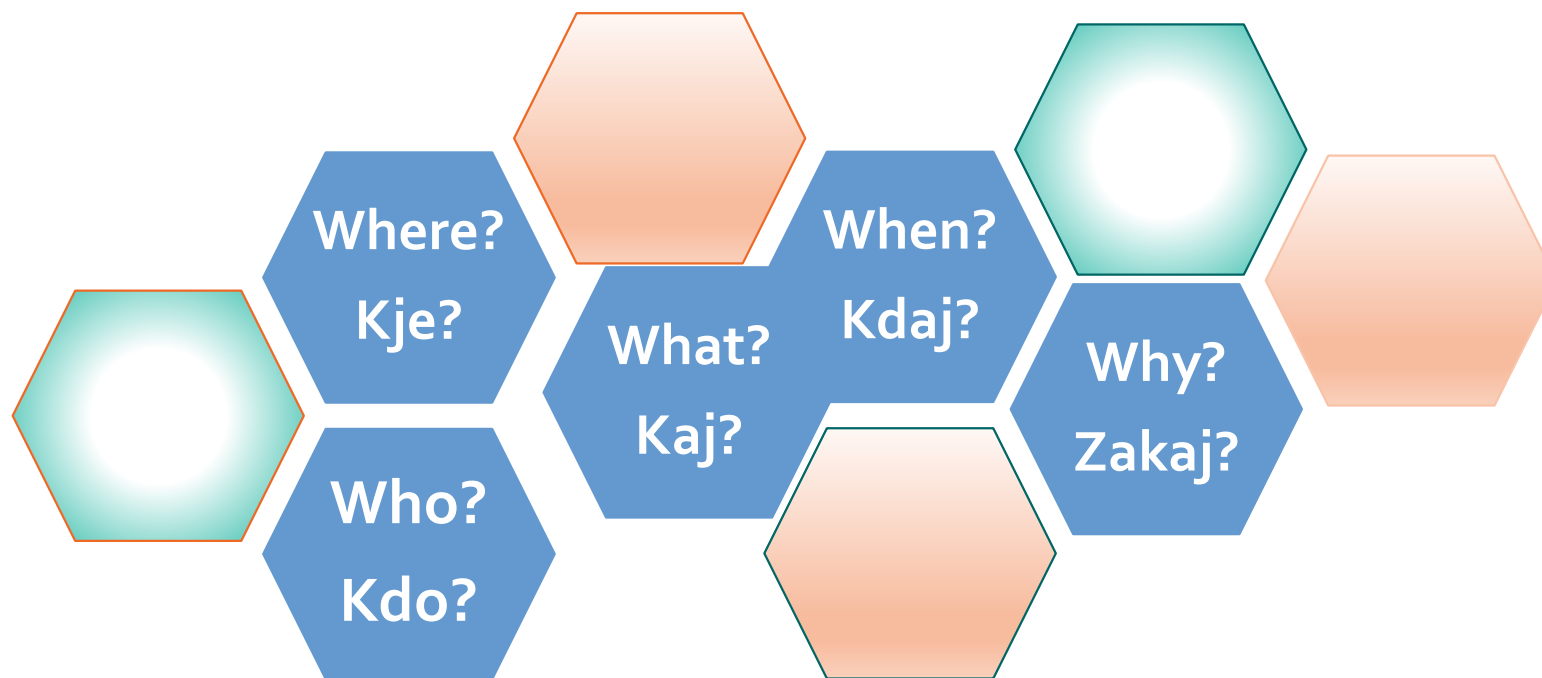
V tem poglavju boste našli koristne nasvete, kako oceniti informacije o zdravju, ki jih najdete na internetu.



Co-funded by
the European Union

5 W-jev oz. 4K-ji in 1Z

- Da bi našli kakovostne informacije o zdravju, si pri iskanju na internetu zastavite pet preprostih vprašanj:

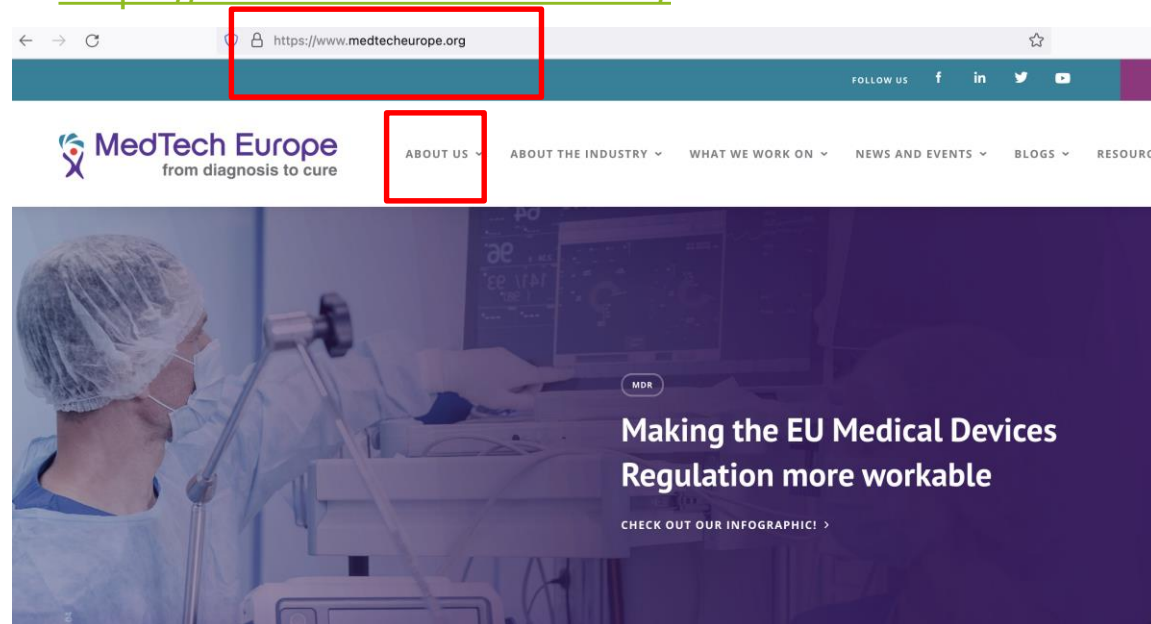


Kako ovrednotiti spletne zdravstvene informacije

Kdo?

- Pri pregledovanju spletne strani je pomembno razumeti, kdo jo upravlja: **posameznik, skupina ali organizacija?**
- Pomembno je preveriti tudi domeno spletnega mesta (npr. **org, edu, com, gov**).
- Vedno si oglejte rubriko **O nas**, da boste izvedeli, kdo je odgovoren za vsebino na spletni strani.
- Na spletni strani morajo biti na voljo kontaktni podatki: **telefonska številka, e-poštni naslov**.
- Obstajajo tudi brezplačna spletne strani, ki ocenijo, ali je spletna stran zakonita in ali zagotavlja verodostojne informacije, na primer:

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



Co-funded by
the European Union

- Če ste našli članek ali druge informacije na osebnem blogu, podcastu itd., jih vedno preverite:
- Kdo je napisal te informacije?
- Kakšne so njegove/njene kompetence na tem področju?
- Ali so na voljo kakršnikoli kontakti podatki?
- Ali je povezan z znano/zaupanja vredno institucijo?

Research | Open Access | Published: 14 November 2022

Early prediction model for prognosis of patients with hepatitis-B-virus-related acute-on-chronic liver failure received glucocorticoid therapy

Shuai Gao, Li-Yan Han, Yu-Chen Fan & Kai Wang

European Journal of Medical Research 27, Article number: 248 (2022) | [Cite this article](#)

[Metrics](#)

Abstract

Background

Early prediction for short-term prognosis is essential for the management of hepatitis B virus (HBV)-related acute-on-chronic liver failure (ACLF). In this study, we aim to establish a noninvasive model for predicting the 90-day mortality in patients with HBV-ACLF received glucocorticoid therapy.

Download PDF

Sections | [Figures](#) | [References](#)

[Abstract](#)

[Introduction](#)

[Materials and methods](#)

[Results](#)

[Discussion](#)

[Availability of data and materials](#)

[References](#)

[Acknowledgements](#)

[Funding](#)

[Author information](#)



Co-funded by
the European Union

Kako ovrednotiti spletne zdravstvene informacije

Kaj?

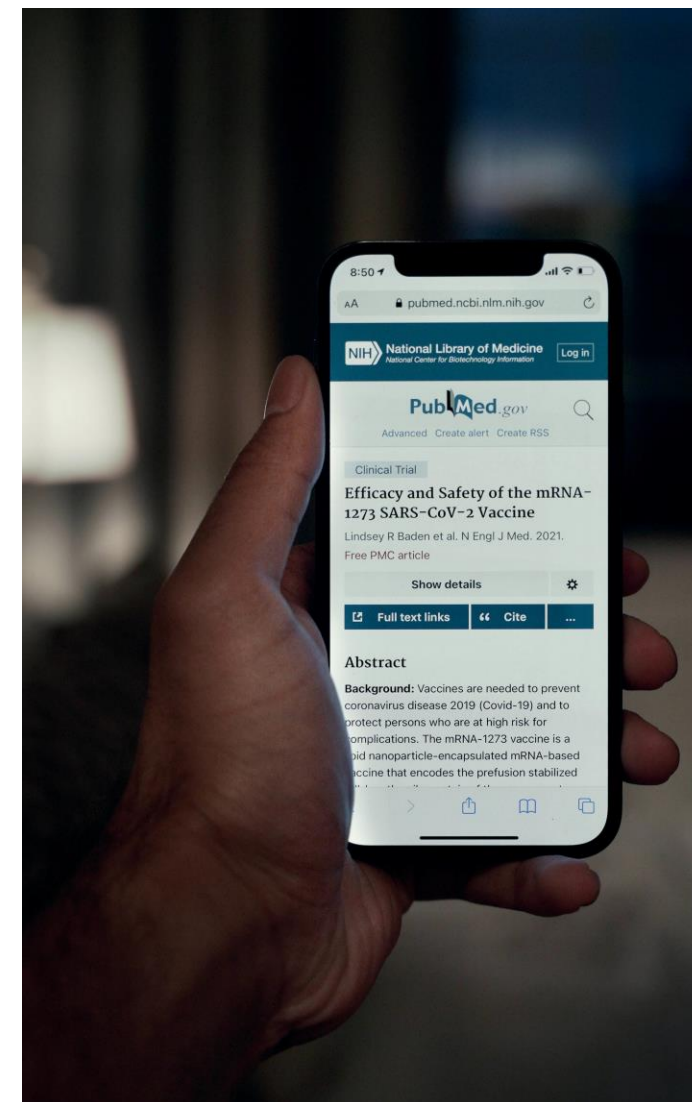
- Zelo pomembno je, **da ste pozorni** na to, **kaj** piše na spletni strani.
- **Preverite povezave**, ki so na voljo. Ali delujejo ali so nedelujoče?
- Ali so v navedenih informacijah **slovnične ali pravopisne napake**?
- Ali se je na spletnem mestu mogoče **enostavno krmariti in najti informacije**?
- Preberite politiko zasebnosti spletnega mesta. Običajno se nahaja na dnu strani ali na ločeni strani z naslovom *Politika zasebnosti*.
- Če na spletni strani piše, da uporablja "**piškotke**", **vaši podatki morda niso zasebni**. Uporabo piškotkov lahko onemogočite z nastavitvami spletnega brskalnika.
- Zavedajte se, **da je na internetu veliko prevarantskih in lažnih spletnih strani**. Če je spletna stran, ki ste jo našli, polna dramatičnih zdravstvenih trditev in fraz, kot so *čudež se zgodi, kupite skrivne sestavine* itd., ji ne zaupajte in ne kupujte ničesar ter **ne navedite številke kreditne kartice, domačega naslova, številke osebne dokumenta in drugih osebnih podatkov**.



Co-funded by
the European Union

Ko najdete članek, vedno preverite:

- Ali je članek **skladen ali ne** z drugimi viri, ki ste jih našli?
- Ali se zdi **senzacionalističen ali predober**, da bi bil resničen?
- Kako je članek **napisan**? Na **neformalen ali formalen način**?
- **Bodite previdni pri pričevanjih.** Osebne zgodbe so lahko koristne in pomirjujoče, vendar vsi ne doživljajo zdravstvenih težav na enak način.
- Ne pozabite, da obstaja **velika razlika** med spletnim mestom, blogom, spletnim mestom v družabnih medijev, ki ga je ustvarila ena sama oseba, in spletnim mestom, ki je bilo razvito na osnovi trdnih in verodostojnih znanstvenih dokazov.



Kako
ovrednotiti
spletne
zdravstvene
informacije

Kje?

- Preverite, **od kod izvirajo informacije?**
- Ali informacije na spletni strani ali v članku **temeljijo na konkretnih raziskavah in trdnih dokazih?**
- Ali jo je **napisal strokovnjak s področja zdravstva?**
- Ali so bile **informacije pridobljene z drugega spletnega mesta?**
- Preverite **navedbe, opombe pod črto in povezave**, ki se nanašajo na navedene informacije.



Co-funded by
the European Union

Kako
ovrednotiti
spletne
zdravstvene
informacije

Kdaj?

- Najbrž ne želite **sprejemati odločitev o svojem zdravju na podlagi** zastarelih informacij.
- Ponavadi ima spletno mesto na dnu strani naveden **datum nastanka ali datum posodobitve**.
- Enako velja tudi za članke. Preverite, **kdaj** je bil članek **objavljen**? Ali je **posodobljen**?
- Običajno je na vrhu ali na dnu članka naveden datum, **kdaj je bila vsebina pregledana, popravljena ali objavljena**.



Co-funded by
the European Union

Kako
ovrednotiti
spletne
zdravstvene
informacije

Zakaj?

- Zakaj obstaja spletna stran **ali** zakaj je članek napisan?
- Ali vas želi spletna stran **obveščati**? Ali želi **prodati/promovirati** izdelek?
- Poglejte, **kdo so sponzorji spletne strani**? Nekateri spletne strani lahko financirajo farmacevtska ali druga podjetja, zato so lahko navedene informacije pristranske do uporabe oz. nakupa določenih izdelkov, storitev itd.
- Ali so informacije **podane z določenega vidika** oziroma **stališča**?



Co-funded by
the European Union

Povprašajte zdravstvene delavce

- O tem, kar najdete na spletu, se vedno posvetujte s pristojnimi zdravstvenimi delavci.
- Zdravstveni strokovnjaki vam **pomagajo oceniti**, ali so informacije, ki ste jih našli, **točne, zaupanja vredne in uporabne v vašem konkretnem primeru.**



Co-funded by
the European Union

Aktivnost. št 3
Kako
prepoznati
varne in
zanesljive
zdravstvene
informacije na
spletu

- Prepoznavanje varnih in zanesljivih zdravstvenih informacij na spletu

Predavanje št. 3

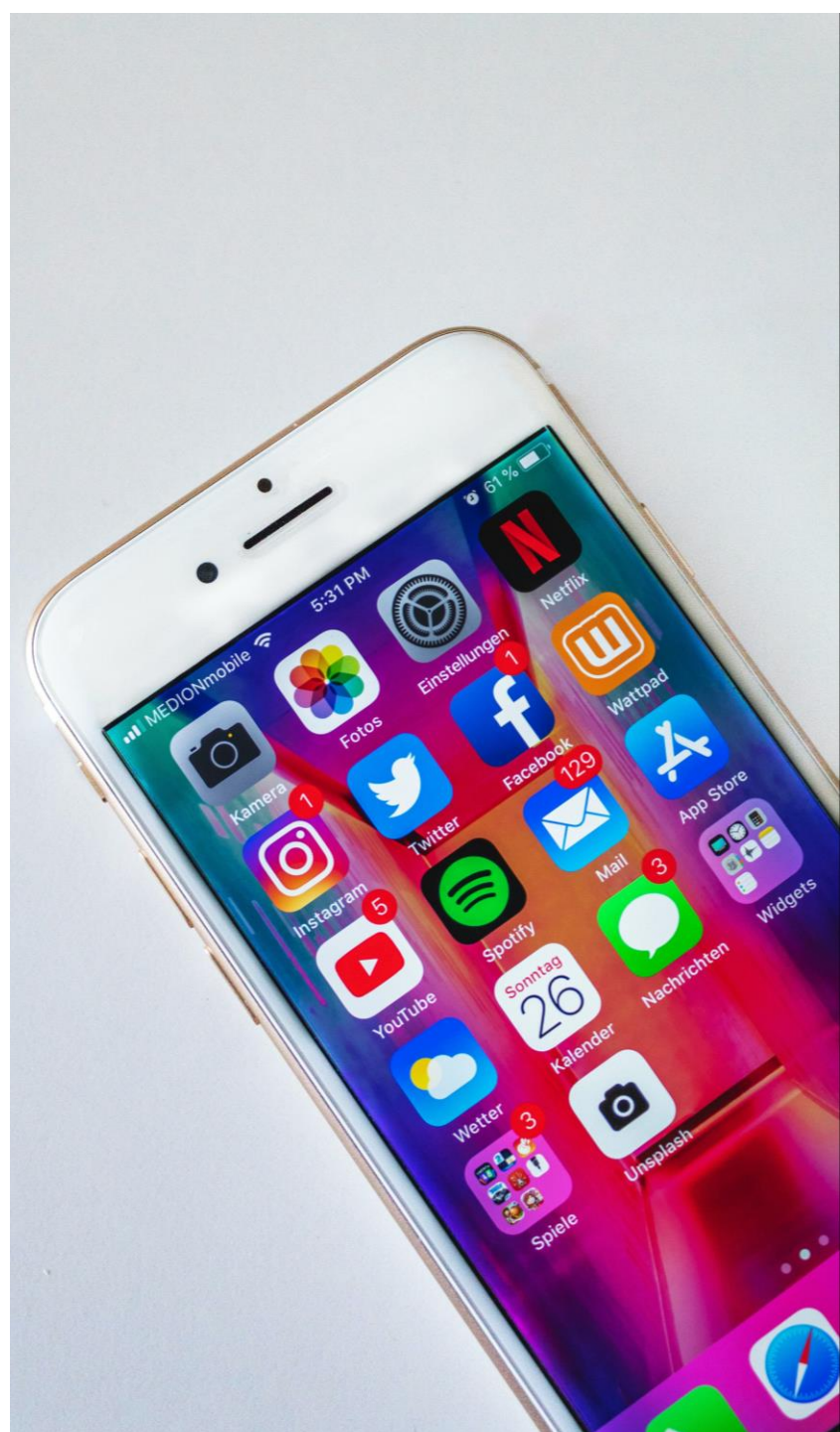
Družabni mediji

- nova
pomembna
prihodnost
zdravstva

- Ljudje iščejo, izmenjujejo in prejemajo **zdravstvene informacije** iz različnih virov, na primer od zdravstvenih delavcev, zavarovalnic in farmacevtskih podjetij, družine in prijateljev, medijev, izobraževalnih gradiv, oglasov in interneta, vključno z

družabnimi mediji

- Pandemija Covid-19 nas je prepričala, da so lahko **zdravstvene in družabne platforme**, kot so Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, Youtube, WhatsApp, zelo **močna kombinacija**.
- Potrebno se je zavedati, da so v družabnih medijih na voljo tako **resnične** kot tudi **lažne zdravstvene informacije**.

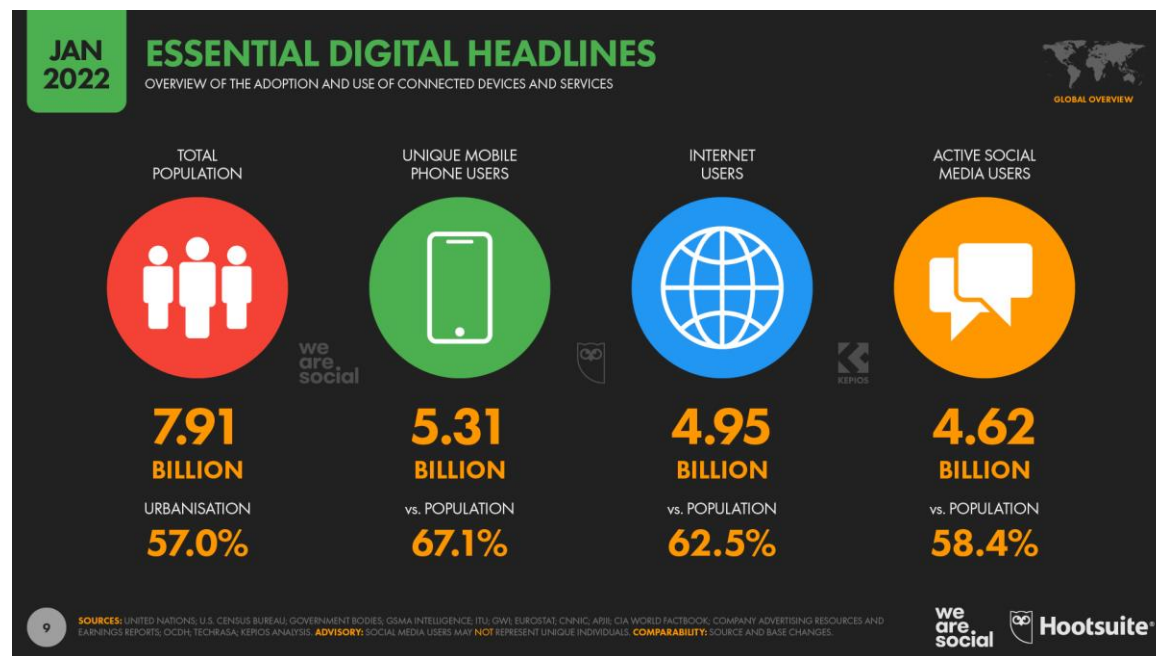


Co-funded by
the European Union

Globalni digitalni pregled

- svetovno prebivalstvo je leta 2022 znašalo že **8 milijard**
- več kot dve tretjini (**67,1 %**) svetovnega prebivalstva uporablja mobilni telefon
- število svetovnih uporabnikov interneta se je na začetku leta 2022 povzpelo na **4,95 milijarde**
- januarja 2022 je bilo na svetu **4,62 milijarde** uporabnikov družbenih medijev
- ljudje v povprečju preživijo **2,5 ure** na dan z uporabo družbenih medijev

Vir: <https://datareportal.com>



Co-funded by
the European Union

Podatki nikoli ne spijo

Količina informacij, ustvarjenih v eni minuti na internetu

Podatki se nenehno ustvarjajo s kliki na oglase, odzivi v družabnih medijih, deljenji, transakcijami, pretočnimi vsebinami itd.

Preučevanje teh podatkov, vam lahko pomaga bolje razumeti vedno hitreje spreminjajoči se svet.


Vir:

<https://www.domo.com/learn/infographic/data-never-sleeps-8>



Co-funded by
the European Union

Družabni mediji in zdravstvene informacije: opolnomočenje ali zavajanje



Vaping mi je
pomagal
opustiti kajenje.

Znanstveniki
tekmujejo s
časom, da bi
razvili cepivo.

COVID-19 je
povzročila
tehnologija 5G.

Donald Trump
govori o
vbrizgavanju
razkužila kot
možnem načinu
zdravljenja
koronavirusa.

Ingver je
10.000-krat
učinkovitejši pri
uničevanju raka
kot
kemoterapija.

Prednosti družabnih medijev v zdravstvu

ozaveščanje
javnosti

preprečevanje
dezinformacij

komuniciranje v
kriznih
razmerah

povečanje
obsega uporabe
obstojećih virov

odgovori na
pogosta
vprašanja

spodbujanje
vključevanja
državljanov



Co-funded by
the European Union

Nevarnosti v družabnih medijih

Lažni računi

Boti

Deepfake

Clickbait



Co-funded by
the European Union

Lažni računi

- Lažni računi so neavtorizirani profili v družabnih medijih.
- Ponarejeni računi se najpogosteje pojavljajo na Facebooku, Instagramu in Twitterju.
- Lažne račune ustvarjajo z namenom, da bi delili misli, ne da bi jih kdo presojal, vohunili za profili drugih, povečali možnosti za zmago na spletnih tekmovanjih, povečali število *všečkov* sledilcev na pravih računih, ogoljufali druge uporabnike.

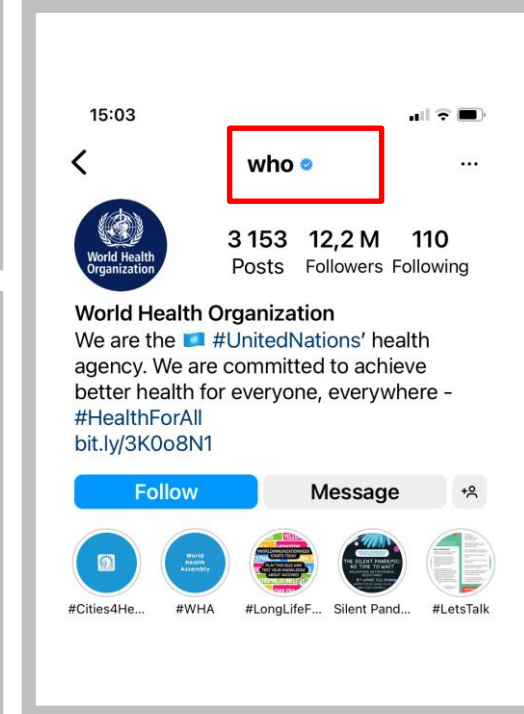
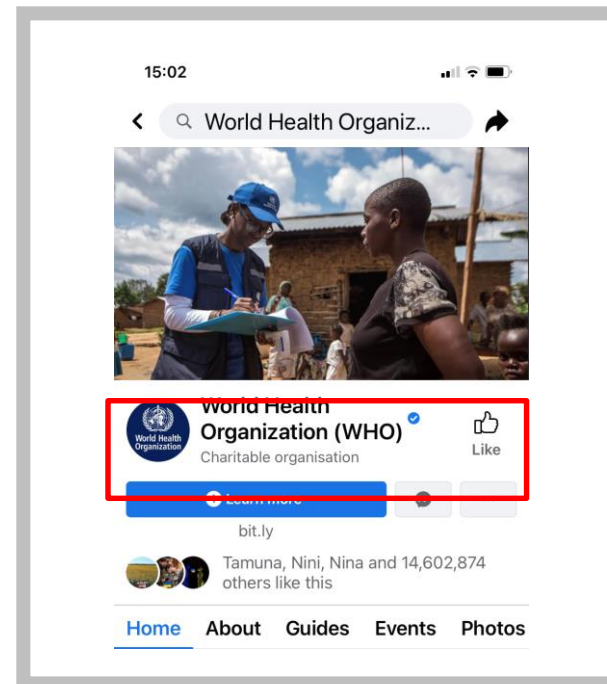


Co-funded by
the European Union

Kako lahko preverite lažne račune



- Vedno preverite, ali ima organizacija ali oseba ti. *verified badge* – oznako preverjeno na profilih družbenih medijev FB, Instagram, Twitter.
- Bodite pozorni na zastarele profilne slike ali uporabo slik nizke ločljivosti.
- Preverite, ali ima profil malo sledilcev, vendar račun sledi velikemu številu profilov.
- Vse objave so podobne nezaželenim sporočilom (prošnje za denar, ponujanje "brezplačnih nagrad" itd.).
- Bodite pozorni tudi na objave, ki vsebujejo pravopisne napake in pomanjkljivo besedišče.



Boti

- Boti - kratica za robot - so programska oprema, ki lahko izvaja avtomatizirana, ponavljajoča se in vnaprej določena opravila.
- Na internetu je veliko vrst robotov, ki se lahko uporabljajo v dober in slab namen. Primer dobrega bota: Svetovna zdravstvena organizacija je v aplikacijah WhatsApp in Facebook zgradila bota za izmenjavo javnih informacij, povezanih s pandemijo koronavirusov.
- Slabi boti prinašajo tveganje in se lahko uporabljajo za vdiranje, pošiljanje neželene pošte, vohunjenje za spletnimi mesti, platformami družbenih medijev, e-pošto itd.
- Natančneje, boti v družabnih medijih se uporabljajo za samodejno ustvarjanje sporočil, zagovarjanje idej, odgovarjanje na objave kot sledilci uporabnikov in kot lažni računi, da bi sami pridobili sledilce.
- Za razliko od lažnih računov, ki jih ustvarijo resnični ljudje, so boti avtomatizirani in delujejo veliko hitreje.

<https://www.kaspersky.com/resource-center/definitions/what-are-bots>



Co-funded by
the European Union

Kako prepoznati bote

- V profilu je prikazanih zelo malo informacij. **Uporabniško ime** je pogosto čudno, na primer uporabniško ime s številkami.
- Pogosto **profilna slika** ne prikazuje resnične osebe. Če je na njej prikazana prava oseba, lahko sliko vedno preverite z orodjem Google Image in si ogledate rezultate, ki jih ponuja Google.
- **Število sledilcev.** Račun običajno nima sledilcev ali deli vsebine drugih računov, ki so pogosto sami roboti.
- Boti so **veliko bolj aktivni kot človek**. Na dan lahko delijo ali med seboj povežejo na stotine novic/tvitov. Če ima račun več kot 50 objav/delitev na dan, morate biti skeptični.
- **Vsebina profila** je lahko zavajajoča. Slog pisanja ne deluje naravno, uporabljen jezik je preprost.



Primeri lažnih računov



Tweets 3,272
Followers 3,185
Likes 729
Lists 1



Benefsi Bagcik
@BagcikBenefsi
Adversity and loss make a man wise

Follow




Haticenur Oner
@HaticenurOner
A closed mouth gathers no foot.

Follow




Gokturk Altinboga
@GokturkAltinbo1
Too many clicks spoil the browse.

Follow

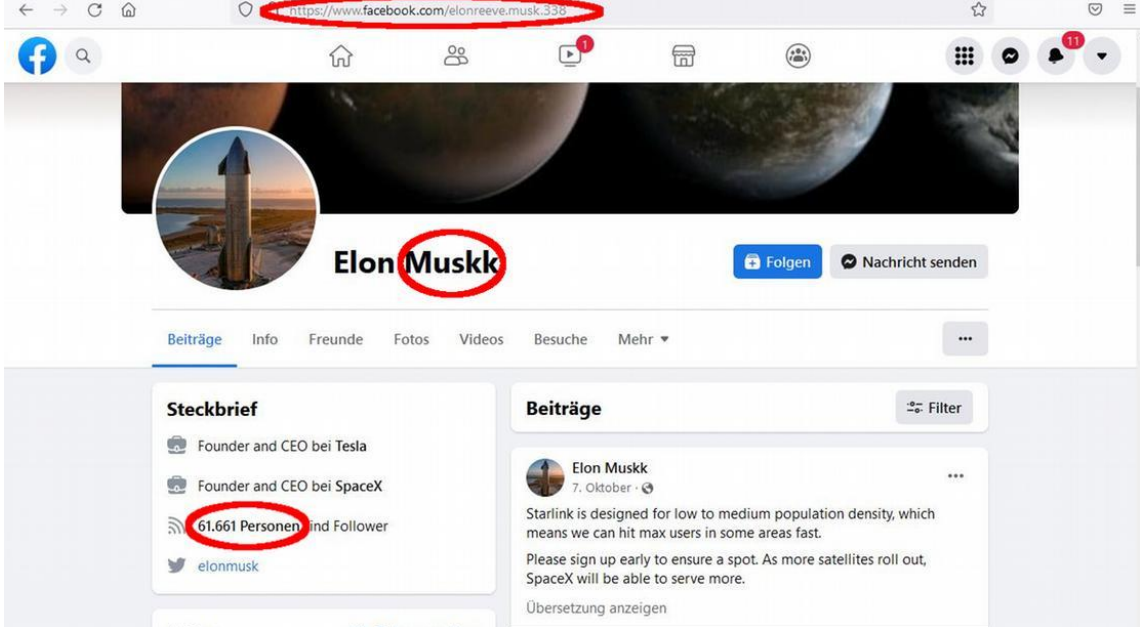


Nasim Akgun
@AkgunNasim
The hardest work is to do nothing.

Follow



Instagram profile of samantharocks (Samantha McPoyle) showing 4 posts, 0 followers, and 0 following. A red arrow points to the Instagram logo.



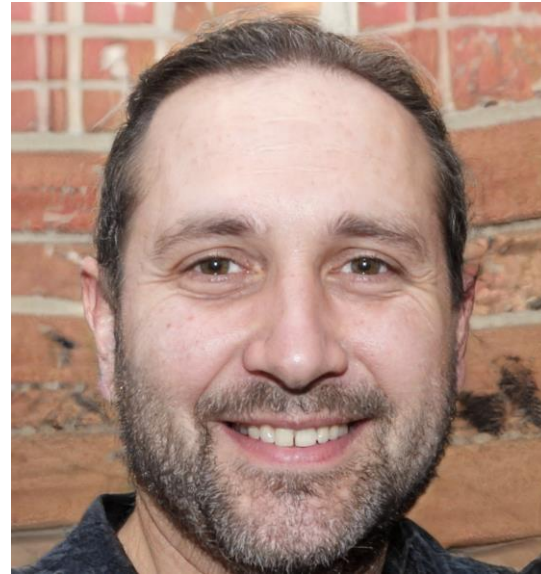
Facebook profile of Elon Musk. The URL <https://www.facebook.com/elonreeve.musk.338> is circled in red. The profile name "Elon Muskk" is also circled in red. The bio lists "Founder and CEO bei Tesla" and "Founder and CEO bei SpaceX". The follower count is circled in red: "61.661 Personen and Follower". A post from October 7th is visible.



the European Union

Deepfake

- Ponarejene slike in videoposnetki niso novost. Vse od iznajdbe fotografije v 19. stoletju so ljudje manipulirali s slikami.
- Deepfakes so najbolj znana vrsta "sintetičnih medijev", kar pomeni, da slike, zvočne in video vsebine ustvarja umetna inteligenca (AI).
- Najpogostejša oblika Deepfakes so videoposnetki, v katerih je obraz neke osebe prepričljivo zamenjan z računalniško ustvarjenim obrazom.
- Oglejmo si videoposnetek s konkretnim primerom: https://www.youtube.com/watch?v=Yb1GCjmw8_8&t=53s (začnite na 0:54 sekunde do 3:10 sekunde).
- Možnost zamenjave obrazov v videoposnetkih ali ustvarjanje novih glasovnih posnetkov ima veliko potencialov, lahko pa se uporabi tudi za ustvarjanje lažnih novic, zavajajočih, ponarejenih videoposnetkov.



Deepfake



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 4

Kako družabni mediji pomagajo pri iskanju in izbiri zdravstvenih informacij na spletu

- DeepFake aplikacije

Kako lahko prepoznamo lažno od resničnega

- Zavedati se nevarnosti Deepfake in sintetičnih medijev.
- Med brskanjem po platformah družabnih medijev bodite pozorni, da imajo nekatere platforme že vzpostavljene politike za deepfake, ki deepfake obravnavajo kot vse druge vsebine, ki so zavajajoče ali bi lahko povzročile oškodovanje ljudi.
- Politika družb Instagram in Facebook na primer določa, da se odstranijo "manipulirani mediji".
- Obstajajo pa tudi različni protivirusni programi in programi za prepoznavanje Deepfake.



Co-funded by
the European Union



Clickbait

Predstavljajte si, da ste v veliki gneči, na primer v supermarketu, in nenadoma zaslišite, da nekdo kriči ali joče. Kaj naredite? Ali pogledate? Ali se odzovete in se prepričate, da je vse v redu itd.

- Clickbait deluje podobno, le da je digitalen in se pojavlja na internetu in v družabnih medijih.
- Zasnovan je tako, da pritegne vašo pozornost in vas spodbudi, da ga kliknete, delite ali *všečkate*.
- Clickbait je lahko besedilo, videoposnetek ali fotografija.
- Clickbait vsebuje naslove, ki pritegnejo pozornost:
 - ✓ *Ne boste verjeli, kaj se zgodi potem!*
 - ✓ *Neverjetno, kaj je storila!*
 - ✓ *To, kar smo odkrili, je šokantno!*
 - ✓ in številne druge metode za pritegnitev **vaše pozornosti in radovednosti!**



Co-funded by
the European Union

Aktivnost št. 4

Kako družabni
mediji
pomagajo pri
iskanju in izbiri
zdravstvenih
informacij na
spletu

- Clickbait

KVIZ

1) Z Google Lens lahko prevajamo besedilo v realnem času.

Pravilno

Napačno

2) Naštejte vsaj 3 načine uporabe Google Lens:

1. _____

2. _____

3. _____

3) Katera so vprašanja 5W (oz. 4K-ji in 1Z) in zakaj so koristna?

KVIZ

4) Danes je nemogoče ugotoviti, ali je račun v družabnih medijih lažen.

a) Pravilno

b) Napačno

5) Kaj je Deepfake?

a) Fotografija resnične osebe, ki je bila zaradi lepšega videza obdelana s Photoshopom

b) Fotografija osebe, ki je bila ustvarjena z uporabo umetne intelligence (AI)



Co-funded by
the European Union