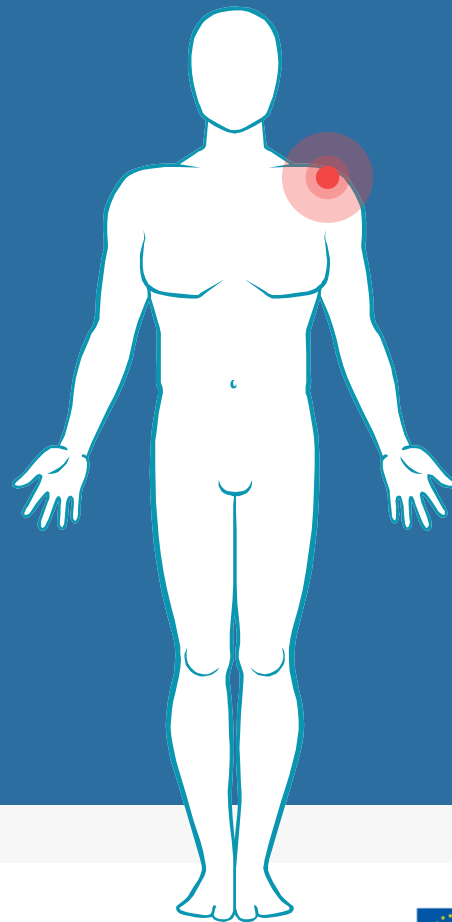


ON-CALL

I01: rodinní zdravotní poradci

Oddělení 4.1: Sociální média ve
zdravotnictví



4.1 SOCIÁLNÍ MÉDIA V SEKTORU ZDRAVÍ

Obsah

4.1.1 Sociální média: definice

4.1.2 Komunikace v sociálních médiích a zdravotnictví

4.1.3 Jak hledat na internetu?

4.1.4 Vyhodnocení informací

4.1.5 Webové stránky týkající se zdraví a mobilní aplikace

PO DOKONČENÍ TÉTO VZDĚLÁVACÍ JEDNOTKY SE ZÍSKALI NÁSLEDUJÍCÍ

ZNALOST:

- ▶ Základní znalosti o tom, jak a kde hledat zdravotní informace online
- ▶ Základní znalosti o tom, jak hodnotit zdroje informací online
- ▶ Základní znalost zdravotních webů a mobilních aplikací

ZRUČNOSTI:

- ▶ Prohledávejte zdravotní informace o národních a mezinárodních online síťových zdrojích
- ▶ Vyhodnotit kriticky online síťové zdroje a spolehlivost webů pomocí specifického kritéria hodnocení
- ▶ Využijte celou řadu webových aplikací pro přístup ke službám sociálních médií zaměřených na zdravotnictví

ODPOVĚDNOST A AUTONOMIE:

- ▶ Převzmete odpovědnost za sdílení spolehlivých informací



Zdroj obrázku: Unsplash.com

SKUPINOVÁ DISKUZE:
Které kanály sociálních médií používáte?

4.1.1 SOCIÁLNÍ MÉDIA: DEFINICE

„Skupina internetových aplikací, které staví na ideologických a technologických základech webu 2.0 a které umožňují vytváření a výměnu obsahu vytvářeného uživateli.“

Kaplan a Haenlein

„Formy elektronické komunikace (jako jsou webové stránky pro sociální sítě a mikroblogování), prostřednictvím kterých uživatelé vytvářejí online komunity ke sdílení informací, nápadů, osobních zpráv a jiného obsahu (například videa)“ *Merriam-Webster*

4.1.2 SOCIÁLNÍ MÉDIA A ZDRAVOTNÍ KOMUNIKACE

- ▶ Zdraví je jednou z nejvyhledávanějších kategorií online
- ▶ Široká veřejnost, pacienti a zdravotničtí pracovníci používají ke komunikaci týkající se zdraví sociální média
- ▶ Sociální média mění způsob komunikace. Informace o zdraví může vytvořit kdokoli:
 - Role odborníka a spotřebitele informací jsou rozmazané
 - Platnost a aktuálnost informací?

VÝHODY SOCIÁLNÍCH MÉDIÍ PRO ZDRAVOTNÍ KOMUNIKACI

- ▶ Rychlá komunikace
- ▶ Aktuálnost diskuse
- ▶ Univerzální způsoby komunikace: videa vs text k dosažení různých cílových skupin
- ▶ Já increase interakce s ostatními
- ▶ Více dostupných, sdílených a přizpůsobených informací
- ▶ Zvýšení dostupnosti a rozšíření přístupu
- ▶ Partnerská / sociální / emoční podpora
- ▶ Dohled nad veřejným zdravím
- ▶ Potenciál ovlivnit zdravotní politiku

OMEZENÍ SOCIÁLNÍCH MÉDIÍ PRO ZDRAVOTNÍ KOMUNIKACI

- ▶ Nedostatek spolehlivosti
- ▶ Obavy o kvalitu
- ▶ Nedostatek důvěrnosti a soukromí
- ▶ Často nevědí o rizicích zveřejnění osobních údajů online
- ▶ Rizika spojená s oznamováním škodlivých nebo nesprávných rad pomocí sociálních médií
- ▶ Přetížení informací
- ▶ Nejste si jisti, jak správně použít informace nalezené online na jejich osobní zdravotní situaci
- ▶ Některé technologie sociálních médií mohou být při změně chování účinnější než jiné
- ▶ Nepříznivé zdravotní důsledky
- ▶ Negativní zdravotní chování

4.1.3 JAK VYHLEDAT INTERNET?

- ▶ Internet je obrovským úložištěm informací
- ▶ Při správném vyhledávání lze snadno a rychle získat přístup
- ▶ Vyhledávače:
 - ▶ Google
 - ▶ Bing
 - ▶ DuckDuckGo
- ▶ Můžete vyhledávat informace pomocí klíčových slov a znaků:
- ▶ Nezáleží na tom, jestli používáte velká nebo malá písmena
- ▶ Použití několika klíčových slov poskytuje přesnější výsledky
- ▶ Příklady hledaných frází a znaků:
 - ▶ „Příznaky chřipky“
 - ▶ chřipky - příznaky
 - ▶ ovlivnit *
- ▶ Můžete omezit vyhledávání na konkrétní typy obsahu, jako jsou obrázky, videa nebo webové stránky napsané ve vybraném jazyce
- ▶ Více informací naleznete na webových stránkách vyhledávačů.





Zdroj obrázku: Unsplash.com

AKTIVITA 1: VYHLEDÁVÁNÍ INTERNETU

4.1.4. VYHODNOCENÍ INFORMACÍ

Otázky, které je třeba položit, než důvěřujete webové stránce

1. Je sponzorem / majitelem webové stránky federální agentura, lékařská škola nebo velká profesní či nezisková organizace, nebo souvisí s některou z nich?
2. Není-li sponzorován federální agenturou, lékařskou školou nebo velkou profesní či neziskovou organizací, je webová stránka napsaná zdravotnickým pracovníkem nebo odkazuje na jeden z těchto důvěryhodných zdrojů pro své zdravotní informace?
3. Proč byl web vytvořen? Je mise nebo cíl sponzora webu jasný?
4. Vidíte, kdo pracuje pro agenturu nebo organizaci a kdo informace vytvořil? Existuje způsob, jak kontaktovat sponzora webové stránky?
5. Kdy byly informace napsány nebo webová stránka naposledy aktualizována?
6. Je vaše soukromí chráněno?
7. Nabízí web neuvěřitelná řešení vašich zdravotních problémů? Jsou slibné léky na zázraky slibovány?



NEWS

Is Drinking Wine Better Than Going To The Gym? According To Scientists, Yes!

Natalie Roterman | Sep 15 2014, 04:51PM EDT



AKTIVITA 2:
VYHODNOCENÍ SPOLEHLIVOSTI WEBŮ

Zdroj obrázku:
latintime.com



4.1.5 ZDRAVOTNÍ STRÁNKY A MOBILNÍ APLIKACE

Spolehlivé informace o zdraví vytvářejí například nemocnice, zdravotnická střediska, organizace pacientů, výzkumné ústavy a obce, jejichž materiály jsou vyráběny odborníky.

Mezinárodní webové stránky o zdraví:

- ▶ Světová zdravotnická organizace: <https://www.who.int/>
- ▶ Zdraví Evropa: www.healtheuropa.eu
- ▶ PĚKNÝ <https://www.nice.org.uk/>
- ▶ NHS: www.nhs.uk
- ▶ Národní institut zdraví: <https://www.nih.gov/>
- ▶ PubMed: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
- ▶ Trpěliví: <https://patient.info/>
- ▶ Healthtalk.org: <http://www.healthtalk.org/>
- ▶ Pacienti jako já: <https://www.patientslikeme.com/>



RESEARCH & INNOVATION NEWS

Discover the self-testing pathway
for patients with long term heart
conditions

20th June 2019

MEDICAL CANNABIS NEWS

Could medical cannabis company,
Leafcann, set up their first legal
cannabis farm in Scotland?

20th June 2019

DISEASES & CONDITIONS NEWS

IBD standards launching today aim
to drastically improve how we care
for those suffering

20th June 2019

AKTIVITA 3: PŘEZKUM ZDRAVOTNÝCH WEBŮ

Zdroj obrázku:
healtheuropa.eu

ZDRAVOTNÍ SOUVISEJÍCÍ MOBILNÍ APLIKACE

- ▶ Mobilní aplikace se, jak název napovídá, používají s mobilním telefonem nebo tabletem
- ▶ Pro všechny mobilní operační systémy existuje řada aplikací
- ▶ Lze je stáhnout pomocí poskytnutých obchodů s aplikacemi
- ▶ Jeho použití například takto:



- 1) Fitness - *MyFitnessPal, Endomondo, Fitocracy, Yoga Daily Fitness*
- 2) Sledování a analytika - *Okamžitá srdeční frekvence, kardiogram*
- 3) Jídlo a výživa - *Lifesum, Plant Nanny, Fooducate, Lose it !, My Diet Coach*
- 4) Mysl a mozek - *Lepší spánek, spánek, Headspace, Buddhify, Happify*
- 5) Celkové zdraví - *Apple Health, HealthTap*
- 6) Produktivita - *Momentum Habit Tracker, Produktivní Habit Tracker, StickK*



Fitness starts with what you eat.

Take control of your goals. Track calories, breakdown ingredients, and log activities with MyFitnessPal.

[START FOR FREE](#)



AKTIVITA 4:
ZÍSKÁNÍ ZOBRAZENÍ MOBILNÍCH APLIKACÍ

Zdroj obrázku:
MyFitnessPal.com



Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot
be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



2018-1-UK01-KA204-048095