

茨城県では、患者さんがご自身のがんを知り医師の説明を理解したうえで主体的に治療に取り組む「参療（さんりょう）」を推奨しています。その一方で、熱心にごん情報を収集するあまり情報に振り回されてしまう方からの相談が増えています。特に個人ブログのネガティブな情報はその方の主観的な体験ですから、距離をおいて参考程度に留めることが大切です。

信頼できるがん情報は「中立の立場で、根拠に基づいた情報を、バランスよく出している」と言われています。例のような表現がある場合は注意が必要です。

①誇張された表現がないか

例) 「驚異のサプリメント」「末期がんからの生還」

②適切な偏りのない証拠が示されているか

例) 成功例などよいことばかり書いてある。

③代替えとなる選択肢が示されているか

例) 特定の治療法（商品）のみ勧めている。

インターネット情報は玉石混合です。どこを閲覧したらよいのかわからない方には、根拠に基づいたがん情報が得られる下記サイトをご紹介します。がん医療に加え仕事やお金など生活面のこともわかりやすく記載されていますので参考になさってください。



国立がん研究センター がん情報サービス

がん相談支援センター 天池真寿美