



Een ander kocht naar aanleiding van informatie op internet speciale schoenzooltjes en deed dagelijks de op internet geadviseerde oefeningen. 'Als de klachten weer verergeren, ga ik alsnog naar de huisarts.'

Op basis van de gevonden informatie gaat een op de drie (ruim 1600 deelnemers) naar de huisarts, maar ze vertellen niet allemaal dat ze eerst het internet hebben geraadpleegd. Ze willen de huisarts niet het idee geven dat ze hem of haar niet vertrouwen, of willen dat de huisarts hen met een 'open blik' onderzoekt. 'Ik wilde zo neutraal mogelijk het gesprek ingaan', lezen we bij de opmerkingen. En: 'Ik wilde de huisarts niet storen in zijn meningsvorming'. Sommigen zijn bang dat hun huisarts het niet prettig vindt als ze vooraf het internet afstruinen.

### POSITIEF GELUID

Bijna tweederde van de deelnemers die naar de huisarts gaan, vertelt hem of haar wél over de zoektocht op internet. Het is verrassend hoe de huisartsen hier tegenover staan. Maar liefst 80% van de deelnemers aan ons onderzoek krijgt een positieve reactie.

'Twee weten meer dan één', krijgt een patiënt te horen. Een andere huisarts geeft aan: 'Zo kunnen we gemakkelijker en sneller to the point komen.'

Er zijn ook huisartsen die niet afwijzend reageren, maar toch bedenkingen hebben. 'Als het slapeloze nachten scheelt is het prima, maar voor echt advies heb ik liever dat je langskomt', zegt een huisarts. Een ander meldt: 'Zolang je zelf maar niet voor dokter gaat spelen.'

Slechts 5% van de patiënten die aan de huisarts vertellen dat ze hadden gegoogeld, krijgt een

negatieve reactie. 'Nooit zelf zoeken', zegt de huisarts van een van de deelnemers. 'Je vindt altijd waar je naar zoekt en dat hoeft niet in jouw situatie van toepassing te zijn.' Een andere huisarts geeft aan dat er veel onzin op het internet staat en dat de informatie vaak onduidelijk is.

### FOUTE DIAGNOSES

Pas op met zelf diagnoses stellen, hoort een aantal geënquêteerden van hun huisarts. Een terechte waarschuwing, blijkt als we kijken naar onze praktijktest met de 155 deelnemers, waarmee we dit artikel begonnen. Zo geven we een aantal van hen een beschrijving van een onschuldige draaiduizeligheid, veroorzaakt door een soort gruis in het evenwichtsorgaan (BPPD). De proefpersonen stellen allerlei foutieve diagnoses, zoals een lage bloeddruk, zuurstoftekort en een alcoholprobleem.

Het carpaal-tunnelsyndroom, dat tintelingen in vingers, krachtverlies en soms pijn geeft, diagnosticeren sommigen als artrose, een tennisarm en zelfs de ziekte van Parkinson. Ook denkt iemand aan de eerste verschijnselen van multiple sclerose.

Gelukkig zeggen de meeste proefpersonen die de plank misslaan dat zij met deze aandoening wel een afspraak zouden maken met de huisarts of het in ieder geval een keer met de huisarts zouden bespreken.

### VAGE KLACHTEN

Uit de praktijkproef blijkt dat het internet een arts zeker niet kan vervangen. Aanvullen kan wel. Zo ging Janet Kist uit Lelystad naar haar huisarts met naar eigen zeggen vage klachten, waar ze al een tijdje mee rondliep. 'Ik was moe en griepig en had spierklachten, >>

“ Raadpleeg sites waarop geen reclame voor medicijnen en behandelingen staat”



### BETROUWBARE SITES

- [thuisarts.nl](http://thuisarts.nl): informatie gebaseerd op wetenschappelijke richtlijnen
- [oogartsen.nl](http://oogartsen.nl): gezamenlijke website van een aantal ziekenhuizen
- [mlds.nl](http://mlds.nl): over buikklachten, van de Maag Lever Darm Stichting
- [nvdv.nl](http://nvdv.nl): patiëntenfolders van de wetenschappelijke vereniging van huidartsen
- [kwf.nl](http://kwf.nl): informatie over symptomen en behandeling van kanker
- [allesoverhetgebit.nl](http://allesoverhetgebit.nl): informatie van de beroepsvereniging van tandartsen
- [apotheek.nl](http://apotheek.nl): informatie van de apothekersvereniging over ziekten en medicijnen
- [rivm.nl](http://rivm.nl): informatie over infectieziekten en bevolkingsonderzoeken
- [kiesbeter.nl](http://kiesbeter.nl): overheidssite met keuze-informatie en informatie over aandoeningen

### BETROUWBARE APPS

- [Thuisarts.nl](http://Thuisarts.nl)
- [Appotheek](http://Appotheek)
- [Moet ik naar de dokter?](http://Moet ik naar de dokter?)
- [Tekenbeet](http://Tekenbeet)
- [Rode Kruis \(EHBO\)](http://Rode Kruis (EHBO))