

طغیان اطلاعات نامعتبر (اینفودمیک) چیست و چگونه می‌توانیم جلوی آن را بگیریم؟

پگی براون ژارو



جوردن کالور



در این درس خواهید آموخت که طغیان اطلاعات نامعتبر (اینفودمیک) چیست و چگونه می‌توانید روند گسترش اطلاعات نادرست را کند کرده و جلوی آن را بگیرید. این مطالب را با کورش پیاموزید که به واسطه دریافت اطلاعات نادرست گمراه شده بود.



زمانی که کورش متوجه شد گسترش
کووید-۱۹ محل زندگی‌اش
را تهدید می‌کند، به آسان‌ترین جایی
مراجعه کرد که می‌توانست اطلاعات
بیشتری را در این زمینه
به دست آورد: فضای مجازی.



کورش سعی می‌کند تا در میانه این بحران آرام بماند؛ اما مطالعه در خصوص کووید-۱۹ او را به گردابی از احساسات و نگرانی‌ها فرو می‌برد. او دلوایس سلامت خانواده خود و نگران تغییرات ایجاد شده در شغلش در نتیجه این بیماری می‌شود.



کورش با خواندن مطلبی درباره
وجود دارویی که ممکن است
کووید-۱۹ را درمان کند، کورسوی
امیدی پیدا می‌کند! پس چرا دولت از
این دارو پشتیبانی نمی‌کند؟
چرا بیمارستان‌های شهر این دارو
را تهیه نمی‌کنند؟



دولت محلی شهر محل سکونت
کورس درمان‌های احتمالی را
که او در فضای مجازی خوانده،
توصیه نمی‌کند و این موضوع
وی را گیج کرده است.
و حالا آن‌ها توصیه می‌کنند که مردم
ماسک بزنند.





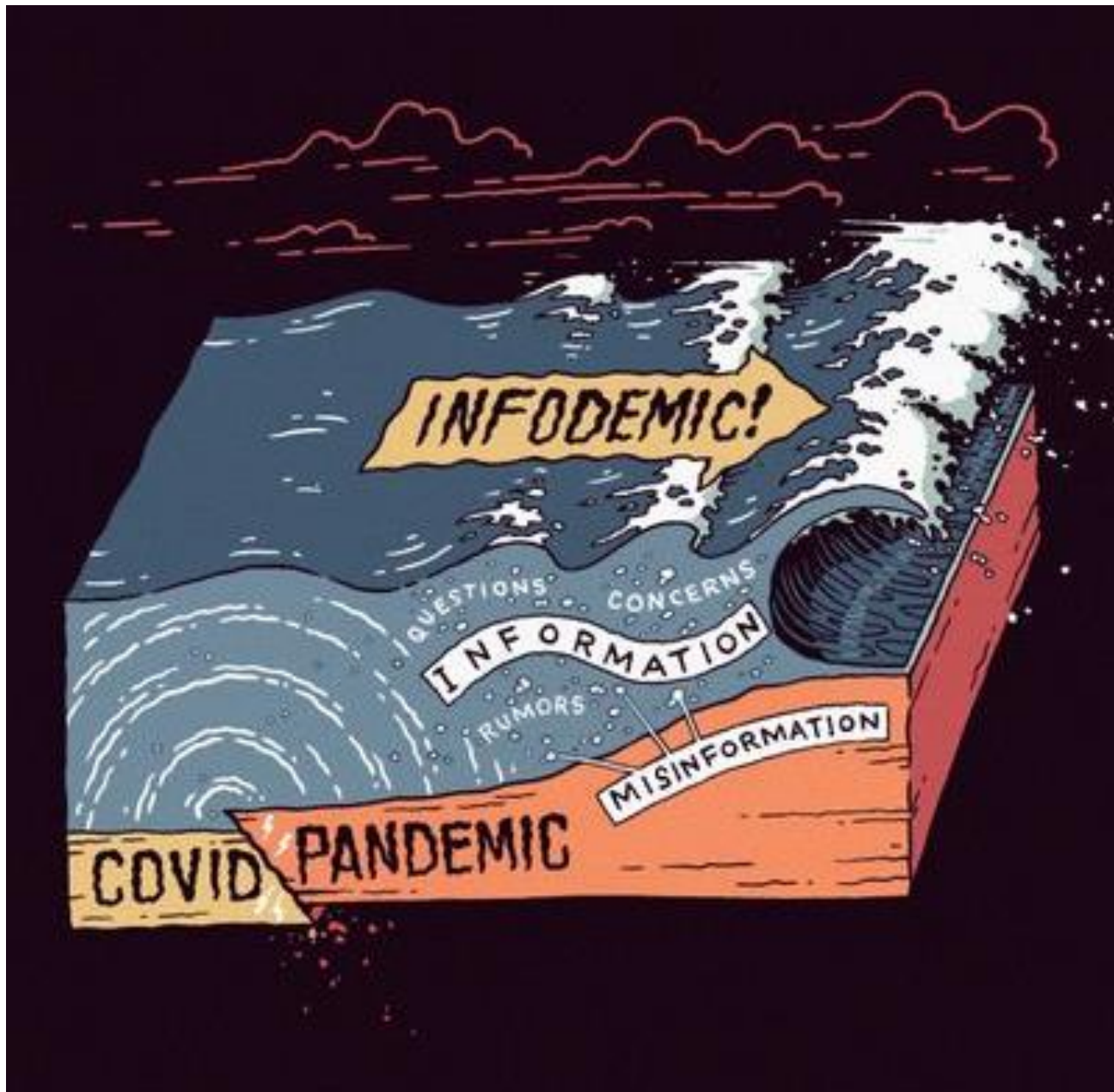
کورش پیش از این دست‌هایش
را می‌شست و از تماس با افراد
بیمار پرهیز می‌کرد. چرا به ماسک
نیاز دارد؟ علاوه بر این، زدن ماسک،
نفس کشیدن را سخت نمی‌کند؟



پس از مدتی، کورش احساس می‌کند
که بیمار شده است. با نگرانی با
دوستش تارا که در یک بیمارستان کار
می‌کند، تماس می‌گیرد. او می‌خواهد
بداند «درمانی» که پیش‌تر در موردش
خوانده بود، می‌تواند به او کمک کند یا
خیر.



از قضا تارا یک رابط سلامت است،
و می‌خواهد به دوستش کمک کند،
اما این کار به صبوری زیادی نیاز
دارد - چرا که کورش اطلاعات
نادرست زیادی را پیرامون
کووید-۱۹ دریافت کرده است.



کورش در این میان تنها نیست.
سازمان جهانی بهداشت (WHO)

طغیان اطلاعات نامعتبر

(infodemic) را در زمینه کووید-۱۹

شناسایی کرده که در کنار

همه‌گیری (پاندمی) این بیماری

ایجاد شده است.



«گوتتر ایسنباخ» واژه
«اینفودمیک» (طغیان اطلاعات
نامعتبر) را در سال ۲۰۰۲ معرفی
کرد. این واژه اشاره دارد به
اطلاعات بسیار زیاد، شامل اطلاعات
گمراه کننده، که می‌تواند منجر به
سردرگمی افراد شده و به سلامت
آنها آسیب برساند.



اطلاعات نادرست و گمراه کننده به شکل بسیار سریعی در اینترنت و فضای مجازی پخش می‌شوند، به ویژه طی یک دوره زمانی سراسر هیجان و طاقت فرسا هم‌چون یک همه‌گیری جهانی (پاندمیک).



طغیان اطلاعات نامعتبر می‌تواند
همانند یک سونامی به شدت افراد
را تحت تأثیر خود قرار دهد. این
وضعیت موجب سردرگمی، بروز
رفتارهای ریسک‌پذیر و سوءاعتماد
به مراجع نظارتی حوزه سلامت
خواهد شد.



زمانی که افراد مطمئن نیستند
چطور از سلامت خود محافظت
کنند، طغیان اطلاعات نامعتبر
می‌تواند شدت یا طول مدت حضور
همه‌گیری بیماری‌هایی را مانند
کووید-۱۹ بیشتر کند.

STAYING SAFE IS EASY AS... 123!

1

A) _____ *

B) _____

C) _____

2

i) _____

ii) _____ **

iii) _____

3

COMING SOON...

*

**



این وضعیت نه تنها با وجود اطلاعات نادرست بدتر می‌شود، بلکه وخامت مساله با اطلاعات علمی و سلامت که برای درک و استفاده بیشتر مردم به خوبی طراحی نشده‌اند، افزایش پیدا می‌کند.



کورس در فضای مجازی با ویدیوها و مقالات بسیار زیادی مواجه شده که حتی اگر از سوی «پزشکان» نقل قول شده باشند، ممکن است دقیق نباشند. از سوی دیگر، وی متخصصین زیادی را در حوزه مراقبت سلامت دنبال نمی‌کند.



خوشبختانه، راه‌های زیادی در دسترس قرار دارند که تارا بتواند به واسطه آنها به کورش کمک کند تا اطلاعات موثق و با کیفیت را از اطلاعات نادرست یا سوء ارائه عمدی اطلاعات پیرامون کووید-۱۹ تمیز دهد...



تارا از کورش می‌پرسد: «چطور موثق بودن محتوای یک مطلب را تشخیص می‌دهی؟»
آن دو در خصوص این که کورش چطور می‌تواند با گوگل به دنبال اطلاعات از منابع مختلف بگردد تا یک ادعا را «راستی‌آزمایی» کند، با یکدیگر صحبت می‌کنند.



همانطور که تارا با کورش صحبت می‌کند، متوجه می‌شود که متخصصین حوزه سلامت هم، از جمله خود او، از گزند اطلاعات نادرست در امان نیستند. تارا به خاطر می‌سپارد تا **دانش** و مهارت‌های **سواد رسانه‌ای** خود را به‌روز کند!

سواد رسانه‌ای (Media Literacy) با پرسیدن سوال‌های زیر از خودمان محقق می‌شود:

۱. چه کسی این مطلب را نوشته یا گفته است؟
۲. آیا آن‌ها روش تحقیق و اعداد و ارقامی را ارائه داده‌اند و به من می‌گویند که اطلاعات خود را از کجا به دست آورده‌اند؟
۳. هدف این مطلب چیست؟ این مطلب چه حسی را به من منتقل می‌کند؟
۴. آیا سوگیری (bias) در این مطلب وجود دارد؟ آیا این مطلب صرفاً یک خبر است یا نظر و عقیده یک فرد؟ آیا هم موارد مثبت و هم موارد منفی (مثل نقاط قوت و ضعف یک مداخله سلامت) را ارائه می‌دهد؟
۵. آیا این مطلب به خوبی نوشته یا طراحی شده است؟ آیا اشتباه چاپی دارد یا مبتدی به نظر می‌رسد؟
۶. این مطلب چه زمانی منتشر شد؟



تارا با کورش در خصوص این موضوع نیز صحبت می‌کند که هر درمان یا داروی جدیدی باید **کارآزمایی‌های بالینی** متعددی را پشت سر گذاشته و تأییدیه سازمان غذا و داروی ایالات متحده آمریکا را دریافت کند تا پس از آن بتواند توسط پزشکان تجویز شود. این فرایند کمک می‌کند تا از بی‌خطر بودن دارو و اثربخشی آن اطمینان حاصل شود.



«تجربه‌های شخصی یک پزشک،
پرستار، خبرنگار یا هر فرد دیگری،
مبنای مناسبی برای ادعای اثربخش
بودن یا نبودن یک درمان یا دارو
نیستند. انجام مطالعات تحقیقاتی
همچنان مورد نیاز است.»

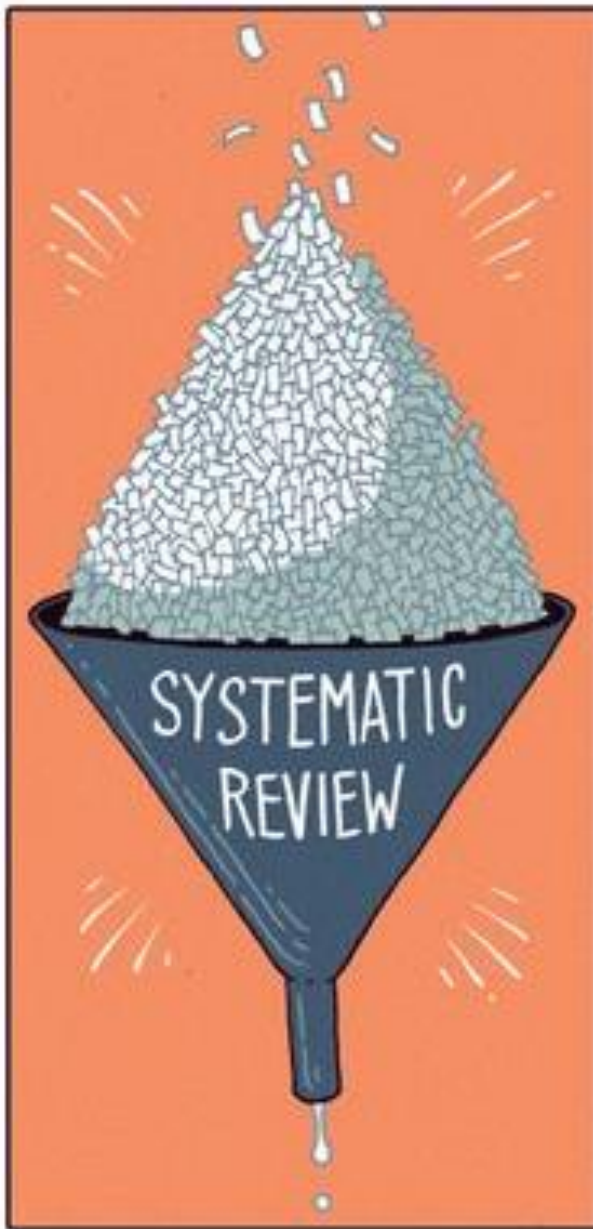


کورس می‌گوید: «اما پزشکان می‌دونن که کدوم دارو به درد می‌خوره!» تا را پاسخ می‌دهد: «مشاهدات پزشکان اهمیت دارن و می‌تونن ما رو به سمت پاسخ‌های درست راهنمایی کنن، اما همچنان به شواهد مبتنی بر تحقیقات نیاز داریم.»

[مشاهدات پزشکان روی هر بیمار موردی بوده و نمی‌تواند به یک جمعیت بزرگ تعمیم داده شود]



همچنین، برای ادعای اثربخشی یا عدم-اثربخشی یک دارو، فقط یک مقاله تحقیقاتی کافی نیست. گاهی اوقات، در تحقیقاتی که به تازگی به چاپ می‌رسند ممکن است اشتباهاتی رخ داده باشد.



بهتر است که به مجموعه‌ای از شواهد حاصل از چندین مطالعه تحقیقاتی و کارآزمایی بالینی متکی باشیم. مرورهای نظام‌مند - مانند [مواردی که کاکرین \(Cochrane\)](#) منتشر می‌کند - از جمله این مجموعه از شواهد به حساب می‌آیند.



تارا هم‌چنین یک کتاب داستان مصور (کمیک) به کورش می‌دهد که با کمک بیمارستان محل کارش تهیه شده است. این کتاب با زبان ساده توضیح می‌دهد که چطور از ابتلا به کووید-۱۹ پیشگیری کرده و اگر به این بیماری دچار شدید، چه کاری را انجام دهید.



همچنین، آن‌ها تصمیم دارند که هر ماه با یکدیگر گفت‌وگو کنند تا کورش بتواند از تارا سوال‌هایی را در رابطه با کووید-۱۹ یا دیگر اطلاعات مرتب‌تری که در فضای مجازی پیدا کرده، بپرسد.



تعداد زیادی از افراد خانواده
بزرگ کورش به زبان ترکی صحبت
می‌کنند، بنابراین، تارا منابع قابل
اعتمادی را در رابطه با کووید-۱۹
به کورش نشان می‌دهد که به
زبان ترکی منتشر می‌شوند تا
کورش بتواند آن‌ها را با خانواده
خود به اشتراک بگذارد.



در نهایت، این دو دوست با یکدیگر به صحبت می‌نشینند که چگونه ممکن است از گسترش و انتقال اطلاعات نادرست به دیگران پرهیز کنند. آن‌ها می‌توانند این کار را با مطالعه مقالات فراتر از عناوین آن‌ها و بررسی تاریخ انتشار مطالب پیش از به اشتراک گذاشتن‌شان آغاز کنند.



تارا به کورش کمک کرد تا او را
علیه اطلاعات نادرست «مصون» کند!

وی به نگرانی‌های کورش گوش
کرد و در عین حال به او کمک کرد
تا مبنای تصمیماتش را بر اطلاعات
بهتر و مبتنی بر یافته‌های تحقیقات
انجام شده بنا سازد.



زمانی که واکسن کووید-۱۹ در دسترس قرار گرفت، کورش تصمیم می‌گیرد تا برخلاف پست‌های زیادی که در فضای مجازی اذعان داشتند واکسن خیلی سریع ساخته شده و در نتیجه ایمن نیست، واکسن بزند...



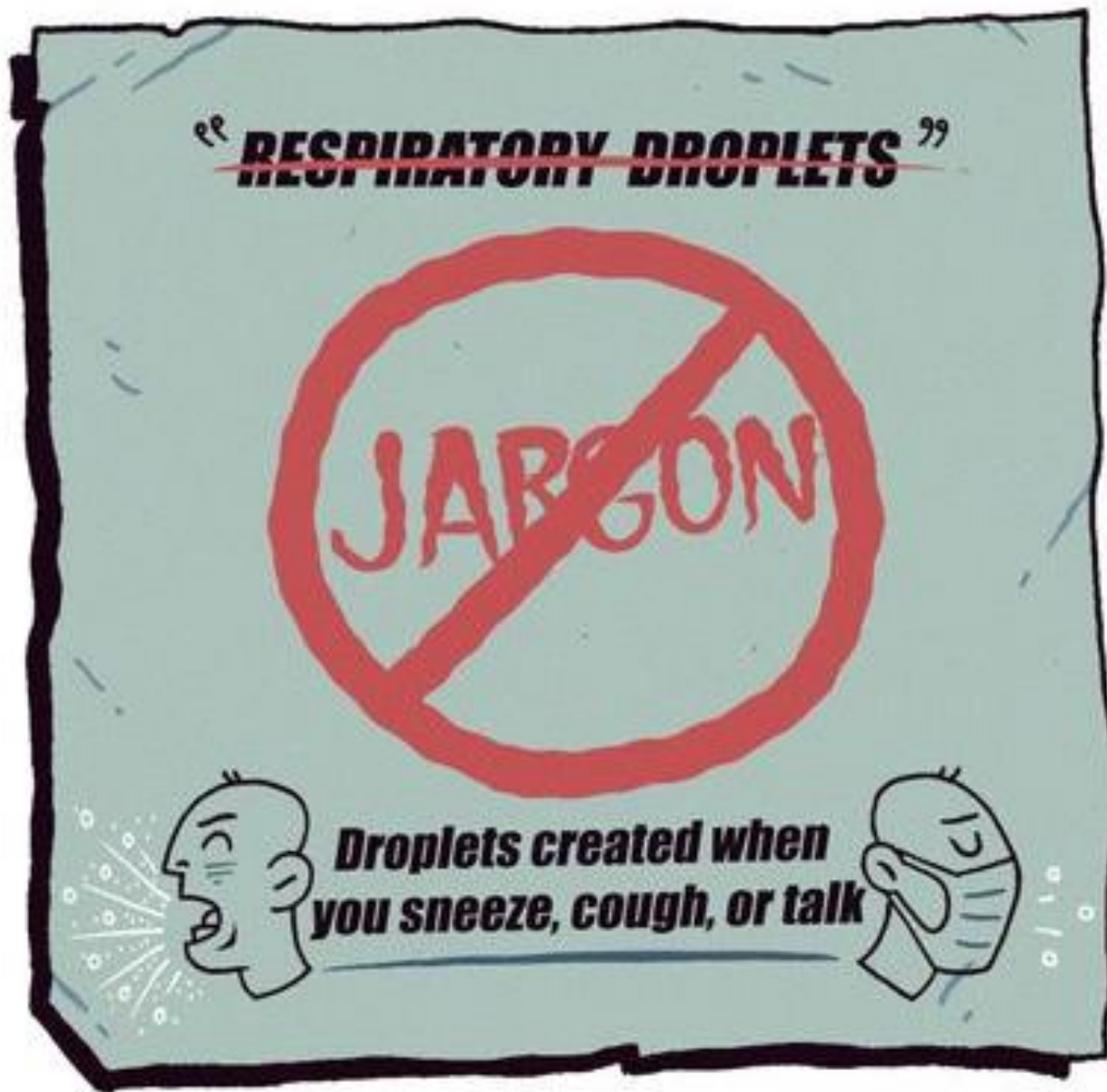
تارا به کورش کمک کرد تا قدرت
سواد رسانه‌ای را نیز به دست
آورد. این قدرت به توانایی
ارزیابی دقیق اطلاعات و
تصمیم‌گیری در خصوص موثق و با
کیفیت بودن آن‌ها توسط خود
کورش اطلاق می‌شود.



امروز، تارا و کورش قرار است با هم-محلّی‌های‌شان (که به زبان ترکی صحبت می‌کنند) در رابطه با کووید-۱۹ و واکسن آن حرف بزنند. این دو برای به اشتراک گذاشتن علت واکسن زدن‌شان هیجان زده هستند.



شما هم می‌توانید به مبارزه علیه
طغیان اطلاعات نامعتبر کمک کنید!
اطلاعات با کیفیت و مبتنی بر
پژوهش را پیدا کرده و آن‌ها را به
اشتراک بگذارید. اطلاعاتی را که
ممکن است گمراه کننده یا
نادرست باشند، با واقعیت تطبیق
دهید یا با یک متخصص که
می‌شناسید، مشورت کنید.



این موضوع نیز اهمیت دارد که مطمئن شوید اطلاعات علمی و سلامت را که به اشتراک می‌گذارید به آسانی قابل فهم باشند، بصری بوده، و پیام‌های روشن و نکات عملی را به مخاطب ارائه می‌دهند.

آیا شما هم، هم‌چون «تارا»، خودتان در حال ساختن اطلاعات سلامت هستید؟ پس به یاد داشته باشید:

- هیچ ادعایی را مطرح نکنید و هیچ اطلاعاتی را به اشتراک نگذارید، مگر آنکه از قابل اعتماد بودن آنها اطمینان حاصل کرده باشید. از خبرهای منتشر شده از سوی کاکرین، سازمان جهانی بهداشت (WHO)، مرکز پیشگیری از بیماری‌های واگیر ایالات متحده آمریکا (CDC) و دیگر سازمان‌هایی بهره ببرید که مرورهای نظام‌مند تولید کرده و از آنها استفاده می‌کنند. با متخصصین صحبت کنید.
- از زبان ساده یا رایج (صحبت‌های روزمره) استفاده کنید. موضوعات فنی را با استفاده از تشابه توضیح دهید.
- مطالب را به زبان‌های مختلف ترجمه کنید.
- در رابطه با موارد شناخته شده و ناشناخته و نامطمئن، صریح و شفاف باشید. به افراد یادآوری کنید که شواهد با انتشار تحقیقات جدید دائماً تکامل پیدا می‌کنند.
- از اشکال بصری استفاده کنید – با هنرمندان و طراحان کار کنید. همکاری و تعامل داشته باشید!

نکات خلاصه: اگر می‌خواهید پیرامون مراقبت از سلامت بر پایه شواهد و مرورهای نظام‌مند بیشتر بیاموزید، به آدرس زیر سر بزنید:

- دوره [Cochrane Evidence Essentials](#) و [آشنایی با شواهد کاکرین](#)، وبگاه دفتر آموزش و ارتقای سلامت معاونت بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- با گذراندن دوره [زندگی‌شناسی \(Lifeology\)](#)، [پیرامون مقابله با اطلاعات نادرست](#) بیشتر خواهید آموخت.