

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Pogromcy Mitów Medycznych



Przez pół roku działania portalu „Pogromcy Mitów Medycznych” jego użytkownicy wskazali ok. 1700 mitów. Wiele z nich jest szkodliwych dla zdrowia i życia, jak

**np. ten, że papierosy „light” mniej szkodzą od zwykłych czy że szczepienia na grypę są nieskuteczne.**

Portal społecznościowy Pogromcy Mitów Medycznych (<http://pogromcymitowmedycznych.pl>) rozpoczął działalność we wrześniu 2012 r. z inicjatywy Polskiego Towarzystwa Oświaty Zdrowotnej.

„Muszę przyznać, że po tych pierwszych kilku miesiącach jestem zaskoczony ogromną liczbą mitów medycznych, które funkcjonują w naszym społeczeństwie. Niektóre, jak np. +stawianie baniek pomaga na przeziębienie+ znane są wśród lekarzy od lat. Ludzie ulegają jednak znacznie większym zabobonom – jak ten, że +kobieta w ciąży nie może tankować samochodu+ – które są absolutnie pozbawione racjonalnych podstaw” – komentuje jeden z ekspertów portalu dr hab. n. med. Krzysztof Łabuzek.

Jak ocenia lekarz, te fałszywe przekonania mogą nie tylko utrudnić życie, ale wręcz zagrozić zdrowiu ludzi. Należą tu na przykład mity na temat szkodliwości szczepień, przekonanie, że picie dużych ilości alkoholu w trakcie podróży egzotycznych może uchronić przed tropikalnymi chorobami czy to, że papierosy typu „light” są mniej szkodliwe dla zdrowia niż papierosy zwykłe.

Pogromcy Mitów Medycznych chcą weryfikować utarte w społeczeństwie przekonania na tematy zdrowotne posługując się tylko faktami i tzw. twardymi danymi naukowymi, a nie domysłami czy sugestiami krewnych lub znajomych. „Chcemy nauczyć pacjentów takiego racjonalnego, analitycznego myślenia” – deklaruje dr Łabuzek.

Tematyka portalu została podzielona na cztery główne obszary: choroby i leczenie, szczepienia i profilaktyka, dieta i żywienie oraz ciąża i zdrowie dziecka.

Dodawanie i weryfikowanie mitów na portalu może każda osoba, która się na nim bezpłatnie zarejestruje.

Ostateczną weryfikacją mitów zajmują się eksperci, którzy opierają się na źródłach naukowych. Ma to uchronić internautów od chaosu informacyjnego, z jakim mają do czynienia na wielu portalach poświęconych medycynie. Wśród obalonych mitów znalazły się m.in. takie, jak to, że "dorośli nie powinni pić mleka", "alergicy powinni przebywać wśród alergenów, które ich uczulają", "jedzenie dużej ilości słodyczy może spowodować cukrzycę" i wiele innych.

„Jakiś czas temu robiłem badania dotyczące kwestii zdrowotnych poruszanych w internecie. Ze zdziwieniem odkryłem, że istnieje mnóstwo portali dla +wyznawców mitów+. I nie ma ani jednego miejsca, gdzie te mity można by merytorycznie zweryfikować” – wspomina jeden z ekspertów portalu socjolog zdrowia dr Tomasz Sobierajski.

W ciągu pół roku istnienia serwis odnotował ponad 950 tys. odsłon, a odwiedziło go ok. 276 tys. unikatowych użytkowników. Te wyniki plasują go w czołówce portali poświęconych tematyce zdrowia, których odbiorcą może być każdy internauta.

Ponieważ inauguracja portalu zbiegła się z początkiem sezonu grypowego „na pierwszy ogień” poszły mity związane z grypą, szczepieniami i przeziębieniami. Cieszą się one szczególną popularnością również teraz w sezonie wczesnowiosennym.

Jednym z mitów obalonych przez dr Ernesta Kuchara, jednego z trzech ekspertów portalu, jest to, że antybiotyki pomagają zwalczyć grypę. Jak wyjaśnia specjalista, grypa jest chorobą wirusową, a antybiotyki nie są skuteczne wobec wirusów. „Osłonowe” stosowanie tych leków celem zapobiegania rozwojowi powikłań bakteryjnych zwykle jest mało skuteczne, natomiast znacznie

zwiększa ryzyko powikłań wywołanych przez szczepy bakterii odporne na antybiotyki.

Dr Kuchar obalił też mit, że szczepienia przeciw grypie są nieskuteczne, bo powstają z zeszłorocznych wirusów. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) sprawdza kilka razy do roku jakie szczepy wirusa są najpopularniejsze. Na podstawie tych prognoz wytwarzana jest szczepionka przeciw grypie sezonowej - tłumaczy ekspert.

Partnerami merytorycznymi portalu są - oprócz Polskiego Towarzystwa Oświaty Zdrowotnej - Stowarzyszenie Rodzin i Opiekunów Osób z Zespołem Downa „Bardziej Kochani”, Fundacja Fit-Kid, Stowarzyszenie Europacolon Polska, Fundacja Edukacji Seksualnej „Po Prostu” oraz Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów Medycyny IFMSA-Poland.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/17116.html>



23-12-2024

## [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## [Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

**Partnerzy**