



Gesundheitsinformationen selbst gestalten

Diese Anleitung soll Mitarbeiter:innen in Gesundheitseinrichtungen dabei unterstützen, Informationen für Patient:innen so aufzubereiten, dass diese **aktuell und evidenzbasiert**, aber auch **leicht verständlich, attraktiv gestaltet, gut annehmbar und alltagstauglich** sind. Wenn Patient:innen Gesundheitsinformationen gut verstehen, können sie selbstbestimmt handeln, fundiert entscheiden und bessere Gesundheitsergebnisse erzielen.



Werden Gesundheitsinformationen gut verstanden, ermöglichen sie selbstbestimmtes Handeln, können bessere Gesundheitsentscheidungen getroffen und bessere Gesundheitsergebnisse erzielt werden.

1. Orientierung an der Zielgruppe

Um Informationen möglichst verständlich zu gestalten, ist es wichtig, sich an den Bedürfnissen der Zielgruppe zu orientieren. Nach Möglichkeit wird die Zielgruppe schon in unterschiedlichen Phasen der Erstellung der Gesundheitsinformation einbezogen. Zu den Informationsbedürfnissen gehört neben den Inhalten auch die Auswahl des Formats, mit dem man die jeweilige Zielgruppe am besten erreicht, etwa Text, Grafik, Comic, Audio oder Video.



2. Auswahl von Informationen

- » Suchen Sie systematisch nach Informationen, am besten nach wissenschaftlichen Studien mit evidenzbasierten Ergebnissen.
- » Stützen Sie sich auf möglichst aktuelle Informationen.
- » Wählen Sie Ergebnisse und Vergleiche, die die Zielgruppe bei der Entscheidungsfindung unterstützen.
- » Berücksichtigen Sie auch Meinungen, Erwartungen, Ängste oder Sorgen der Zielgruppe.
- » Bedenken Sie bei der Darstellung von Zahlen und Risikoangaben, ob und wie gut diese von der Zielgruppe verstanden werden (absolute Risikoangaben, sinnvolle einheitliche Bezugsgrößen wie 1 von 1.000).
- » Passen Sie Informationen nach Möglichkeit an die (soziale, ökonomische, kulturelle) Lebensrealität der Zielgruppe an.
- » Bedenken Sie den Einfluss von Alter oder Geschlecht auf Krankheit und Gesundheit.
- » Halten Sie die Inhalte der Gesundheitsinformation aktuell und integrieren Sie neue Erkenntnisse.



3. Wichtige formale Aspekte

- » Geben Sie die Quellen Ihrer Informationen an.
- » Benennen Sie Autor:innen und Herausgeber:innen transparent und legen Sie etwaige Interessenkonflikte dar.
- » Geben Sie das Datum der Erstellung an.
- » Kennzeichnen Sie Bewertungen und Empfehlungen, die aus Studienergebnissen abgeleitet werden, als solche.





4. Gestaltung von Informationen

Grafische Gestaltung

- » Verwenden Sie nur eine Schriftart.
- » Verwenden Sie eine Schriftart ohne „Verschnörkelungen“ (z. B. Arial, Tahoma, Verdana, Lucida Sans Unicode).
- » Verwenden Sie möglichst nur eine Schriftfarbe, am besten schwarz.
- » Verwenden Sie fette oder kursive Schrift im Fließtext nur sehr sparsam, um z. B. ein Wort hervorzuheben.
- » Bevorzugen Sie dunkle Schrift auf hellem Hintergrund.
- » Wählen Sie Schriftgröße und Zeilenabstand eher großzügig (12pt., evtl. 1,5-facher Zeilenabstand).
- » Halten Sie den Text linksbündig (Ausnahme: Überschriften dürfen auch zentriert sein).
- » Verwenden Sie kurze (Zwischen-)Überschriften und Absätze zur besseren Lesbarkeit.
- » Schreiben Sie lange oder zusammengesetzte Wörter mit Bindestrich.
- » Verwenden Sie anschauliche, nicht diskriminierende Bilder (Bedenken Sie dabei das Urheberrecht).



Satz- und Wortebene

- » Schreiben Sie in möglichst kurzen Sätzen mit maximal 11 bis 15 Wörtern.
- » Bemühen Sie sich um eine einfache, logische Satzstruktur.
- » Vermeiden Sie Gedankensprünge und formulieren Sie einen Gedanken pro Satz.
- » Vermeiden Sie Schachtelsätze (möglichst nur ein Beistrich pro Satz).
- » Verwenden Sie neutrale, nicht wertende Formulierungen. Besonders Adjektive können wertend sein (z. B. „katastrophal“, „großartig“), aber auch die Deutung von Ergebnissen (z. B. „leider“, „zum Glück“) sollte vermieden werden.
- » Nutzen Sie aktive Formulierungen statt passiven (z. B. „Wir wählen morgen“ statt: „Morgen wird gewählt“).
- » Vermeiden Sie schwierige Begriffe/Fremdwörter oder erklären Sie diese.
- » Vermeiden Sie Abkürzungen oder erklären Sie diese.
- » Verwenden Sie möglichst keine Sonderzeichen.
- » Verzichten Sie auf (wenig geläufige) Sprichwörter und Metaphern.
- » Vermeiden Sie Negationen (Sätze mit „nicht“ und „kein“).



5. Vermittlung von Informationen

- » Menschen bevorzugen unterschiedliche Kommunikationswege, um Informationen gut annehmen und verstehen zu können. Binden Sie Informationsmaterialien, Grafiken, Broschüren usw. bereits in das Gespräch mit Patient:innen ein.
- » Weisen Sie bereits im Gespräch auf wichtige schriftliche Informationen hin.
- » Veranschaulichen Sie Gesagtes durch Grafiken/Zeichnungen.
- » Vergewissern Sie sich im Gespräch, dass die Informationsmaterialien den Patient:innen relevant erscheinen und dass sie verstanden werden.
- » Bieten Sie gegebenenfalls Links zu vertrauenswürdigen Websites oder Apps an.





Quellen und weiterführende Informationen zur Erstellung schriftlicher Gesundheitsinformation

- » Gute Gesundheitsinformation Österreich: <https://oepgk.at/gute-gesundheitsinformation-oesterreich>
- » Factsheet Verständliche Sprache bei schriftlichen Gesundheitsinformationen:
<https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/oepgk-factsheet-leichte-sprache-bfrei.pdf>
- » Fünfzehn Qualitätskriterien für zielgruppenorientierte, evidenzbasierte Broschüren, Videos, Websites und Apps:
<https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/oepgk-gesundheitsinformation-fuenfzehn-qualitaetskriterien.pdf>
- » Checkliste Gute Gesundheitsinformation für alle Menschen:
<https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/oepgk-gesundheitsinformation-allg-checkliste-bfrei.pdf>
- » Zielgruppenbeteiligung bei der Erstellung von Guter Gesundheitsinformation:
<https://oepgk.at/website2023/wp-content/uploads/2023/04/oepgk-gesundheitsinformation-factsheet-zielgruppenbeteiligung-bfrei.pdf>

erstellt im Rahmen des Projekts „Umsetzung von Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung bei Hausärztinnen und -ärzten“ im Auftrag des BMSGPK, finanziert aus den Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung

Autor:innen Lisa Gugglberger, Edith Flaschberger, Friedrich Teutsch
