

情報の信頼性を判断するのに
使われる6段階のフローチャート

健康情報の信頼性を評価するのに、比較的簡単に役立つのが東北大学医学部の坪野吉孝教授のフローチャートです。6段階までいけば信頼性は最高レベルです。情報の科学的な程度が明確になります。

①具体的な研究に基づいているか。

はい いいえ → それ以上考慮しない。

②ヒトの研究ですか。

ヒト 動物実験や → 人間に当てはまる
培養細胞実験 とは限らないので、
話半分に聞いて
おく(終わり)

③学会発表か、論文報告か。

論文報告 研究発表は未
学会 → 確定なので、話
発表 半分について
おく(終わり)

④定評ある医学専門誌に掲載されている論文か。

はい いいえ → ひまな時に参考する(終わり)
ランセント・米国臨床栄養学雑誌
ニューイングランド・ジャーナル・オブ・メデシン
米国医師会雑誌・英国医学雑誌
内科学アナルズ・内科学アーカイブス
米国がん研究所雑誌・米国疫学雑誌

⑤ 研究方法は、「無作為割付臨床試験」や「追跡調査研究」か。

はい いいえ → 参考程度に見ておく。
無作為割付臨床試験
前向きコホート研究
コホート内症例対照研究
後ろ向きコホート研究

⑥複数の研究で支持されているか。

はい いいえ → 判断を留保して、他の研究に待つ
正しいと考えても誤りが少ないので結果をとりあえず受け入れる。