



情報の留意点

- 政府・公共機関
  - 厚生労働省（食品安全情報）
  - 国立健康・栄養研究所
- ウェブサイト
  - 運営は誰？
  - 資格認定は？
  - 誰のため？目的は？
  - 製品販売・推奨はない？
  - 情報の出典は？
  - 事実に基づいている？
  - 情報はどうやって選ばれた？
  - 情報は最新のもの？
- 書籍・雑誌
  - 著者は？専門家？
  - 十分な調査がされている？
  - 他の患者も読んでいる？
  - 利害関係のない他の専門家の批評は？
  - 複数の視点・観点で書かれている？
  - 参考文献のリストがある？
  - 広告主や特定団体と関係ない？
  - 情報は最新のもの？

研究方法	研究の実施	結果の信頼性
ランダム化比較試験	困難	高い
非ランダム化比較試験	↑	↑
コホート研究	↑	↑
患者対照研究	↑	↑
症例報告	↑	↑
実験室の研究	↓	↓
経験談・権威者の意見	容易	低い