

Социальные сети меняют медицину: каждый пятый взрослый доверяет советам из ленты больше, чем кажется



Дата публикации: 04.07.2026

Социальные сети давно перестали быть площадками исключительно для общения и развлечений. Сегодня они становятся одним из главных источников информации о здоровье, лечении заболеваний, питании, физических нагрузках и профилактике. Миллионы пользователей ежедневно получают медицинские советы от блогеров, врачей, популярных авторов и даже искусственного интеллекта. Однако новое масштабное исследование показывает, что подобная трансформация информационного пространства сопровождается серьезными рисками.

Исследование, опубликованное в журнале JAMA, продемонстрировало любопытный парадокс. Почти 80% пользователей социальных сетей считают, что значительная часть медицинской информации на этих платформах является ложной, вводящей в заблуждение или недостаточно достоверной. Несмотря на это, более одного из пяти взрослых все равно принимает реальные решения, касающиеся собственного здоровья, основываясь именно на публикациях,

которые появляются в их новостной ленте.

Авторы работы проанализировали данные Национального исследования тенденций получения медицинской информации (HINTS) за 2024 год. В опросе приняли участие 7278 человек, представляющих около 262 миллионов взрослых жителей США. Это позволило получить одну из наиболее полных картин того, как современные люди используют социальные сети при поиске информации о здоровье.

Результаты показали, что примерно 88% взрослых регулярно пользуются социальными платформами. Для большинства из них интернет уже стал привычным местом поиска ответов на вопросы о симптомах, заболеваниях, лекарствах, новых методах лечения и профилактике различных болезней.

При этом взаимодействие с медицинским контентом оказалось значительно шире, чем ожидалось. Около 85% пользователей сообщили, что не только читают подобные публикации, но и сами размещают материалы о здоровье, делятся личным опытом, распространяют рекомендации или пересылают информацию другим людям. Около 70% принимают участие в специализированных онлайн-сообществах, посвященных различным заболеваниям, здоровому образу жизни или медицинским проблемам.

Наиболее неожиданным оказался разрыв между отношением пользователей к информации и их реальным поведением.

Большинство участников исследования открыто заявили, что не доверяют медицинским советам из социальных сетей. Тем не менее более 20% признались, что именно такие публикации становятся основанием для принятия решений о собственном здоровье.

Подобные решения могут касаться самых разных вопросов: выбора диеты, покупки пищевых добавок, изменения режима физических нагрузок, использования домашних методов лечения, обращения к врачу или, наоборот, отказа от медицинской помощи.

Особенно выраженной эта тенденция оказалась среди людей старше 65 лет, а также представителей некоторых этнических групп, включая латиноамериканское население США.

Исследователи отмечают, что современная информационная среда принципиально отличается от той, которая существовала всего несколько лет назад. Если раньше медицинская информация распространялась преимущественно через официальные сайты, научные публикации, государственные организации и традиционные средства массовой информации,

то сегодня значительная часть аудитории получает знания через алгоритмические новостные ленты.

Именно алгоритмы определяют, какие публикации увидит пользователь, основываясь на его предыдущих интересах и активности. В результате люди чаще сталкиваются с эмоциональным, ярким и вирусным контентом, который далеко не всегда отличается высокой достоверностью.

Дополнительную сложность создает стремительное развитие генеративного искусственного интеллекта. Современные инструменты позволяют создавать убедительные тексты, изображения и видеоролики практически любого содержания. Это значительно облегчает производство как качественного образовательного материала, так и медицинской дезинформации.

По мнению исследователей, именно сочетание алгоритмических рекомендаций, высокой скорости распространения информации и возможностей искусственного интеллекта делает проблему медицинской дезинформации особенно актуальной.

Не менее важную роль играет быстро растущая экономика инфлюенсеров.

Контент, посвященный здоровью, стал одним из самых быстрорастущих сегментов цифрового рынка. По оценкам аналитиков, объем мирового рынка медицинского контента в социальных сетях уже превышает миллиард долларов и продолжает стремительно увеличиваться.

Высокий интерес аудитории привлекает огромное количество новых авторов. Среди них есть квалифицированные врачи и ученые, однако рядом с ними работают люди без медицинского образования, продвигающие непроверенные методы лечения, сомнительные биологически активные добавки, псевдонаучные теории или коммерческие продукты.

Особую проблему представляет скрытая реклама. Пользователи нередко воспринимают рекомендации популярных блогеров как искренние советы, не подозревая, что публикации могут быть частью рекламной кампании.

Исследование также показало интересные различия между различными группами населения.

Люди с хроническими заболеваниями, включая онкологические болезни, сердечно-сосудистые заболевания и психические расстройства, активно используют социальные сети для поиска информации. Однако они значительно реже публикуют собственные истории болезни и менее охотно вступают в специализированные онлайн-сообщества по сравнению с пользователями без

хронических диагнозов.

Кроме того, участники с более высоким уровнем образования и дохода чаще демонстрировали критическое отношение к информации, распространяемой в социальных сетях. Это может свидетельствовать о том, что уровень медицинской и цифровой грамотности напрямую влияет на способность распознавать недостоверные сведения.

Авторы исследования подчеркивают, что сами по себе социальные сети не являются исключительно источником опасности. Они позволяют быстро распространять научные знания, информировать население о профилактике заболеваний, объединять пациентов с редкими диагнозами, поддерживать людей с хроническими болезнями и повышать доступность медицинской информации.

Проблема заключается в отсутствии эффективных механизмов проверки достоверности публикуемого контента. В отличие от научных журналов или официальных медицинских организаций, большинство социальных платформ не проводят полноценной экспертной оценки материалов перед их публикацией.

Именно поэтому исследователи считают необходимым развивать программы медицинской грамотности, совершенствовать системы проверки информации и создавать более эффективные механизмы противодействия распространению ложных медицинских рекомендаций, особенно с учетом стремительного развития технологий искусственного интеллекта.

Основные результаты исследования: около 88% взрослых регулярно пользуются социальными сетями; почти 80% считают медицинскую информацию в них недостоверной; более 20% принимают решения о здоровье на основе публикаций из социальных сетей; около 85% пользователей делятся медицинским контентом или распространяют его; примерно 70% участвуют в тематических сообществах о здоровье; люди с более высоким образованием чаще относятся к подобной информации критически.

Авторы исследования приходят к выводу, что социальные сети окончательно превратились в один из важнейших источников медицинской информации для миллионов людей. В ближайшие годы их влияние, вероятно, будет только усиливаться. Поэтому одной из главных задач современной медицины становится не борьба с цифровыми платформами, а создание надежной информационной среды, в которой научно обоснованные рекомендации смогут успешно конкурировать с дезинформацией и непроверенными советами.

Ссылка: «Использование социальных сетей для получения информации о

здоровье среди взрослых жителей США» DOI: [10.1001/jama.2026.8682](https://doi.org/10.1001/jama.2026.8682).