

Zoeken en vinden

Onderzoek kent inmiddels vele vormen en voor de moderne therapeut is het goed om zich hierin te verdiepen. Het lezen van onderzoek kan een struikelblok zijn, want wat zeggen de resultaten nu eigenlijk? En wat kan de therapeut met deze resultaten binnen zijn praktijk? Wanneer bestaat onderzoek goed gelezen en geïnterpreteerd kan worden geeft dit blijk van een professionele houding. De gegevens uit onderzoek kunnen gebruikt worden op websites, in voorlichtingsmateriaal en in de communicatie naar de cliënt. De wetenschappelijke onderbouwing van therapeutisch handelen wordt steeds wenselijker en noodzakelijker geacht. Empirische kennis (uit de ondervinding afgeleid, van de ervaring afhangelende of daarop berustende) alleen is niet meer voldoende om de doeltreffendheid en doelmatigheid van de natuurlijke zorg aan te tonen.

Tegenwoordig komt er dagelijks een vracht aan onderzoek bij die te vinden is op voor iedereen toegankelijke databases zoals Pubmed. Er is goed onderzoek te vinden over voeding en voedingsstoffen, fytotherapie, TCM en andere complementaire geneeswijzen. Nieuwe ontwikkelingen in het vakgebied worden in publicaties openbaar gemaakt. Kunnen zoeken in Pubmed is als het ware een nieuwe bibliotheek aan kennis ontsluiten. Niet voor niets wordt het kunnen lezen van onderzoek wel 'research literacy' genoemd.

Maak om te beginnen een account aan in PubMed. Dit doe je door naar PubMed toe te surfen en te registreren door op 'My NCBI' te klikken, rechtsboven in het scherm <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>.

Voor diegenen die interessante studies geordend op hun PC willen opslaan, of schrijvend gemakkelijk willen citeren, installeer het gratis referentiebeheersysteem Mendeley op www.mendeley.com, inclusief webimporter.

Evidence based practice

Evidence based practice houdt in dat de zorgprofessional zich bij een belangrijke klinische beslissing afvraagt of er bewijsmateriaal is om deze beslissing te ondersteunen en hoe sterk dat bewijs is. Dit vereist niet alleen kennis maar ook vaardigheden, zoals het maken van een duidelijke vraagstelling, strategisch zoeken naar informatie, kritische beoordeling van documenten en daarna het op de juiste manier toepassen en communiceren van de bevindingen. De moderne medisch voedingswetenschappelijke kennis, die beschikbaar is via de belangrijkste medische databases en vaktijdschriften, dient zo veel mogelijk te worden geïntegreerd in het cliëntspecifieke gezondheidsbevorderend handelen.

De term 'Evidence Informed Werken' werd geïntroduceerd door het Helfgott Onderzoeksinstituut van het National College of Natural Medicine in Portland, Oregon. Evidence Informed Werken in de klinische praktijk betekent het toepassen van een uit vijf stappen bestaande werkmethode:

1. Het klinische probleem vertalen in een beantwoordbare vraag.
2. Efficiënt zoeken naar het beste bewijsmateriaal.
3. De gevonden evidence wegen op methodologische kwaliteit en toepasbaarheid in de eigen praktijksituatie.
4. Een beslissing nemen op grond van de beschikbare evidence.
5. Regelmatig evalueren van de kwaliteit van dit proces.

Ad 1 Beantwoording klinisch probleem

Wees je bewust van je vraag en ga dan pas zoeken. De vertaling van het klinische probleem in een beantwoordbare klinische goed geformuleerde vraag is de eerste stap in het Evidence Informed Werken. Deze vraag formuleer je voordat je gaat zoeken.

Gebruik een PICO om te komen tot een goede vraag:

- P= patiënt of probleem
- I = Interventie
- C= Co-interventie
- O= Outcome(uitkomstmaat)

Ga nu het volgende na:

- Is je vraag wel een vraag om in PubMed op te zoeken?
- Heb je één vraag of zijn het er meerdere (wat wil je precies weten)?
- Wat zijn de centrale begrippen in je belangrijkste vraag?
- Wat zijn synoniemen van die begrippen?
- Welke Engelse termen horen daarbij?

Operationaliseer je vraag (bijv: heeft metforminegebruik B12 tekort tot gevolg?) en zet de boel uit in een tabel:

Onderdeel van de klinische vraag (je begrip)	Nederlands (inclusief synoniemen)	Engels (dit zijn je zoektermen voor PubMed) denk aan MeSH
Metformine B12 Tekort/depletie Suppletie	Bloedsuikerspiegel Cobalamine deficiëntie Depletie	Metformin Anti-diabetic Bloodglucose Vitamin B12 Cobalamin Dietary supplements deficiency depletion decrease

Online zoeken naar informatie, is als water drinken uit een brandslang; het wordt al snel onmogelijk door de enorme hoeveelheden die op je af komen. Daarom is het van belang je van tevoren te bezinnen op je specifieke en exacte vraag. En soms te bemerken dat je vraag eigenlijk bestaat uit meerdere deelvragen.

Ad 2 Zoekstrategie

Wie op zoek gaat naar wetenschappelijke literatuur, loopt het risico al snel door de bomen het bos niet meer te zien. Door middel van het opstellen van sleutelwoorden, het vinden van (Engelse) synoniemen en zogenoemde MeSH (Medical Subject Headings)-termen op basis van de verschillende onderdelen van een klinische vraag, kan een zoekstrategie opgebouwd worden, en wordt efficiënt en gericht gezocht.

Nadat je je zoekstrategie hebt gemaakt, kun je bepalen waar je gaat zoeken. Er is onderscheid tussen vragen die beantwoord kunnen worden uit medische naslagwerken: de richtlijnen (standaardzorg), het Farmacotherapeutisch Kompas (geneesmiddeleninfo) en de Merck Manual (pathologie). Indien de vraag specifiek van aard is, kun je zoeken in databases zoals Medline, of Cochrane of in specifiekere databases zoals AMED (Allied and Complementary Medicine), CINAHL (ver-



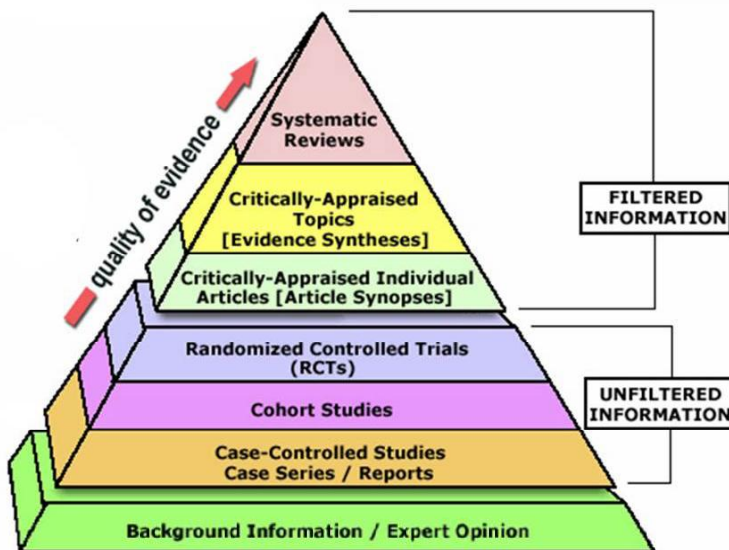
pleegkundige studies), P_SychINFO. Meestal is de toegang tot deze laatste databases beperkt en uitsluitend toegankelijk voor studenten aan universiteiten en hogescholen.

Ad 3 Het wegen van het gevonden bewijs

Deze stap omvat het kritisch kunnen afwegen van wetenschappelijke studies door het beoordelen van validiteit (waarheidsvinding) en klinische toepasbaarheid. Je weegt af of de uitkomsten van een studie wel geldig zijn (interne validiteit), of de resultaten uit de studie van belang zijn (klinische relevantie) en of de studie van toepassing is op je cliënt (generaliseerbaarheid).

Bij het wegen van gevonden bewijs staan de stukken die door deskundigen zijn geschreven (subjectieve waarneming) onderop de Pyramid of Evidence (piramide van bewijs) te staan.

Iets hoger staan Case-reports (een beschrijving door een arts over een uitzonderlijke patiënt, soms over enkele patiënten. Het kan hierbij gaan over zeer zeldzame bijwerkingen, over zeer zeldzame ziektes, over zeldzame aangeboren afwijkingen).



Een Cohort studie is een onderzoeksmethode waarin de onderzoekers kijken naar factoren in een bepaalde periode in de toekomst (prospectief) of in het verleden (retrospectief). Een grote groep die langere tijd gevolgt wordt. In een prospectief cohortonderzoek worden personen al dan niet blootgesteld aan een risicofactor (een schadelijke stof of leefstijlfactor).

In een RCT (randomized controlled trial) verdeelt men patiënten die voldoen aan bepaalde criteria willekeurig over twee of meer behandelingen (een placebo of niets doen is ook een behandeling). Bij een goed opgezette RCT is het enige verschil tussen de twee patiëntengroepen de werkzaamheid van het onderzochte geneesmiddel of de onderzochte behandeling (het specifieke behandelingseffect). De kern van een RCT is dat twee groepen patiënten dezelfde behandeling krijgen, uitgezonderd het werkzame bestanddeel. De C (controlled) in RCT staat voor controlebehandeling. Het effect in de interventiearm min het effect in de controlearm is dan het specifieke behandelingseffect. Het effect van een behandeling is alleen goed vergelijkbaar als de patiënten in beide groepen evenveel kans hebben op het bereiken van de beoogde uitkomst. Om dat te bereiken verdeelt men de patiënten willekeurig over de twee groepen. Iedere patiënt heeft zo evenveel kans om in de interventiegroep of in de controlegroep terecht te komen. Dat noemt men randomisatie. Verder is belangrijk dat de uitkomsten zo objectief mogelijk worden vastgesteld en dat er zo weinig mogelijk uitval van de deelnemers is. Ten slotte speelt de wijze van analyseren een grote rol. Alles is er bij dit soort onderzoek op gericht om vertekening of fout (Engels: bias) zoveel mogelijk te voorkomen.

Er zijn verschillende soorten bias. Bij een selectiebias wordt een deel van de resultaten niet meegenomen; alleen de positieve studies worden geselecteerd. Bij een informatiebias worden de vragen niet goed gesteld. Ze kunnen op meerdere manieren geïnterpreteerd worden waardoor de antwoorden niet kloppen (ze worden volgens de interpretatie van de onderzoeker beantwoord). Bij confounding worden twee zaken die gelijktijdig voorkomen gecorreleerd (het één veroorzaakt het ander). Bijvoorbeeld: de ouderdoms populatie neemt af en in diezelfde periode neemt ook het aantal kinderen per gezin af. Dat hoeft geen causaal verband te hebben (en dat heeft het natuurlijk ook niet). Andere soorten bias: Hawthorne effect, Cognitieve/confirmationbias, Expectationbias, Referralbias, Recallbias, Experimenterbias, Pygmalioneffect, Publicatiebias, Languagebias en Selectieve 'losstofollow up' bias. Mocht je daar meer over willen weten: zoek!

Een CAT (Critically Appraised Topic) is een systematische samenvatting van de resultaten van een klein aantal studies over een onderwerp uit de dagelijkse praktijk. Andere benamingen zijn: Best Evidence Topic (BET), of Critically Appraised Literature (CAL). Het doel van een CAT is evidence uit de literatuur in de dagelijkse huisartsenpraktijk te integreren. Het is een brug tussen de onderzoeksresultaten en de dagelijkse praktijk.

Helemaal bovenaan in de piramide van bewijs staan systematische reviews. In een SR wordt op systematische wijze gezocht naar originele studies die een antwoord kunnen geven op een onderzoeksvraag.

Voorbeeld SR: 'We searched two databases (PubMed and "IgakuchuoZasshi") for articles about adverse events arising from interaction of warfarin and vitamin K, published until October 2014. Of 1,310 citations retrieved, 16 studies met the selection criteria for examination of the upper limit, and 6 studies dealt with amounts below the limit' SATO, Y., MURATA, M., CHIBA, T., & UMEGAKI, K. (2015). A Systematic Review of the Acceptable Intake Level of Vitamin K among Warfarin Users. Food Hygiene and Safety Science (Shokuhin Eiseigaku Zasshi), 56(4), 157-165. <http://doi.org/10.3358/shokueishi.56.157>

Boven bovenaan staan gecontroleerde samenvattingen van gerandomiseerde klinische studies (Cochrane Systematic Reviews). Een Cochrane review is een publicatie van het Cochrane-netwerk. Dit werd opgericht in 1993 als een internationaal netwerk van wetenschappers dat in 2013 meer dan 28.000 leden in meer dan 100 landen omvat. Cochrane heeft zich ten doel gesteld om belangrijke vragen in de geneeskunde te beantwoorden door een werkwijze die gebaseerd is op wetenschappelijk bewijs, ook wel evidence-based medicine genoemd. Daartoe maakt ze gebruik van een meta-analyse van gecontroleerde klinische onderzoeken naar het probleem, zoals dubbelblinde tests en randomised controlled trials (RCT). Cochrane reviews worden beschouwd als de gouden standaard en hebben vaak een beslissende stem in debatten over medische onderwerpen.

Bij het ontbreken van wetenschappelijk onderzoek over je klinische vraag is het zaak de veiligheid van de behandeling te documenteren en te onderbouwen.

Voor het lezen van onderzoek:

- * In Vitro = in een reageerbuis.
- * In Vivo = in een cel.
- * Clinical trial = uitgevoerd op mensen (humaan) of dieren (veterinair)
- * Het aantal personen wordt uitgedrukt in n (n=1, het onderzoek is op 1 persoon uitgevoerd)

Ad 4 Implementatieproces

In deze stap van het werkproces wordt de kennis vanuit wetenschap, vanuit de eigen klinische professionele deskundigheid overlegd aan de cliënt. In samenspraak met de cliënt en met inachtneming van diens wensen en de beschikbare middelen voor zorg, wordt een behandeling in gang gezet.

Ad 5 Evaluatie

In deze stap evalueer je de ingezette behandeling. Je zorgt voor een juiste registratie van de vastgestelde, gemeten en waargenomen effecten.

Een accurate casusregistratie biedt mogelijkheden tot secundair onderzoek (dossieronderzoek). Vanuit dit onderzoek of vanuit een case study-beschrijving kan verdere kennisontwikkeling plaatsvinden. De kennis kan ter publicatie aangeboden worden aan vaktijdschriften, zoals het Vakblad Natuurlijke & Integrale Gezondheidszorg.



Zoeken op PubMed

Je kunt eenvoudig de toegang tot PubMed vinden door in Google PubMed in te typen: er verschijnt dan een link naar www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed. PubMed is de publieke toegang tot de database Medline, de bibliotheek van de Amerikaanse National Institutes of Health. PubMed (Public Medline) is de meest gebruikte biomedische zoekmachine voor wetenschappelijke artikelen. In PubMed tref je informatie over het effect en de werkingsmechanismen van de verschillende complementaire en alternatieve therapievormen en antwoord op specifieke vragen ten aanzien van medische vraagstukken.

The screenshot shows the PubMed search interface. The search bar contains the query "drug interaction, herbal[Mesh terms]". The results are sorted by "Most recent" and show 1 to 20 of 1515 items. Three results are visible:

- Effects of short-term saffron (*Crocus sativus* L.) intake on the in vivo activities of xenobiotic metabolizing enzymes in healthy volunteers.**
Begas E, Bounitsi M, Kilindris T, Kouvaras E, Makaritsis K, Kouretas D, Asproдини EK.
Food Chem Toxicol. 2019 Aug;130:32-43. doi: 10.1016/j.ict.2019.05.013. Epub 2019 May 10.
PMID: 31092462
- Hibiscus flower extract selectively induces apoptosis in breast cancer cells and positively interacts with common chemotherapeutics.**
Nguyen C, Baskaran K, Pupulin A, Ruvinov I, Zaitoon O, Grewal S, Scaria B, Mehaidli A, Vegh C, Pandey S.
BMC Complement Altern Med. 2019 May 6;19(1):98. doi: 10.1186/s12906-019-2505-9.
PMID: 31060537 **Free PMC Article**
- Interaction between phytotherapy and oral anticancer agents: prospective study and literature review.**
Clairét AL, Boiteux-Jurain M, Curtit E, Jeannin M, Gérard B, Nerich V, Limat S.
Med Oncol. 2019 Apr 16;36(5):45. doi: 10.1007/s12032-019-1267-z. Review.
PMID: 30993543

Kunnen zoeken in PubMed is als het ware een nieuwe bibliotheek aan kennis ontsluiten. PubMed omvat 27 miljoen citaties, vooral naar studies, maar soms ook naar boeken. Goed kunnen zoeken in deze database is dus van belang. Sommigen die de database voor het eerst betraden, zullen bij hun zoektocht naar antwoord op een vraag het gevoel van de 'naald in de hooiberg' hebben gehad. Het vraagt oefening en in het begin discipline om op een door jouw uitgezet zoekpad te blijven en niet zomaar lukraak op termen verder te klikken. Door strategisch, systematisch en met de juiste begrippen een vraag te operationaliseren, kom je wel bij een antwoord op je vraag. Of althans: je komt uit bij verschillende puzzelstukjes die je door jouw deskundigheid in hun context kunt plaatsen.

Wat wel en niet zoeken in PubMed

PubMed gebruik je voor specifieke vragen waarop je het antwoord niet kunt vinden in medische standaardwerken. Informatie over pathologie bijvoorbeeld is het beste te vinden in de Merck Manual of de online webportal www.merckmanual.nl (voor de Nederlandse website) of www.merckmanuals.com (voor de beter up to date Amerikaanse website) www.merckmanuals.com/professional. Als je bijvoorbeeld meer informatie over geneesmiddelen zou willen, is het Farmacotherapeutisch Kompas <https://www.farmacotherapeutischkompas.nl> de aangewezen bron. PubMed is niet geschikt voor algemene medische vragen, wel kun je de ontwikkeling van inzicht in specifieke vakgebieden volgen. Bijvoorbeeld over het nut van statines ter verlaging van cholesterol. Je zoekt dus in PubMed in aanvulling op informatie die je al beschikbaar hebt in basisvakkennisboeken, omdat kennis in boeken gedateerd

raakt. Bijvoorbeeld: je raadpleegt de ESCOP www.escop.com monografie en zoekt in aanvulling daarop in PubMed naar nieuwe kennis.

De juiste vraag stellen

Door het opstellen van sleutelwoorden, het vinden van (Engelse) synoniemen en zogenoemde MeSH termen op basis van de verschillende onderdelen van een klinische vraag, kun je een zoekstrategie opbouwen en efficiënt en gericht zoeken.

MeSH (Medical Subject Headings) zijn 'keywords' die PubMed heeft toegevoegd aan de samenvattingen.

Voordelen van het zoeken met MeSH:

1. Eenduidig taalgebruik, correcte spelling;
2. Exploreren van termen;
3. Specifieker zoeken; minder ruis.

Hoe zoek je in MeSH? Typ een term in de zoekbalk en zet de afrolbalk bovenaan op 'MeSH', klik op Search (NB je kunt in MeSH niet op meerdere termen tegelijkertijd zoeken). Je zit nu in de MeSH database, PubMed geeft een aantal opties van MeSH termen die je kunt gebruiken.

Inzoomen met Booleaanse Operatoren

Zoektermen (MeSH of vrije tekst) kunnen worden gecombineerd via de Booleaanse operatoren AND, OR, NOT.

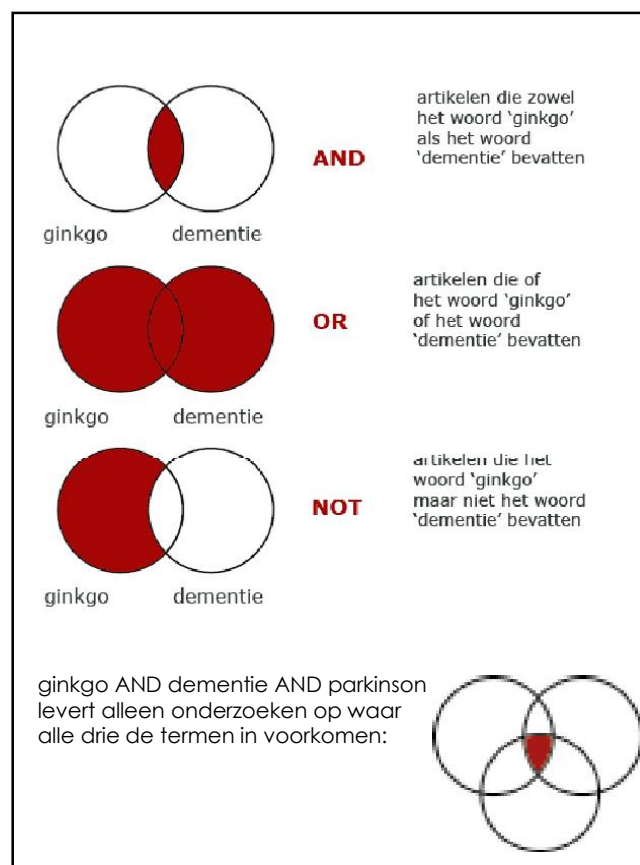
Met AND vind je artikelen waarin beide zoektermen voorkomen, met OR vind je zowel artikelen waarin één van beide termen voorkomt als artikelen waarin beide termen voorkomen. Als je AND en OR in één zoekregel gebruikt, dan zet je de OR-verbinding tussen haken. Voorbeeld: cranberry AND (urinary tract infection OR cystitis).

Bouw zoekstrategieën altijd op in het 'advanced' scherm, nooit in de zoekbalk van het eerste scherm. De doorklik voor advanced vind je vlak onder de zoekbalk.

In het 'advanced' zoekveld is linksboven in beeld een icoon van YouTube te zien: daar vind je verschillende instructievideo's. <https://www.youtube.com/watch?v=dn-cRQ1cobdc&feature=relmfu>

Filters

De onderzoeksvormen in de artikelen variëren van clinical trials (patiënten studies), case reports (casus beschrijvingen), animal studies, in vitro studies tot reviews (overzichtsartikelen). In het linkermenu zichtbaar naast de zoekresultaten staan filters om de zoekresultaten op het type studie te filteren. Onder 'Customize' vindt je meer soorten.



Zet als je begint met zoeken eerst even géén filters aan. Zet het Format op 'Most recent' en Sort bij 'Best match'.

Klik je op 'Advanced' dan kun je uitgebreid zoeken. Je krijgt dan ook een ander zoekscherm.

Use the builder below to create your search

[Edit](#) [Clear](#)

Builder

All fields [Show index list](#)

AND All Fields [Show index list](#)

or [Add to history](#)

History [Download history](#) [Clear history](#)

Search	Add to builder	Query	Items found	Time
#2	Add	Search drug interaction, herbal[MeSH terms]	15:15	06:58:12
#1	Add	Search drug interactions, herbal[MeSH terms]	15:15	06:57:58

Je kunt in het 'Advanced' venster je eigen zoek bouwen en booleaanse operatoren in zetten. Bij de 'Builder' kun je in het veld 'All fields' 'MeSH Terms' aangeven. Dat zoekt slimmer. Als je deze op 'All Fields' laat staan dan kun je eigen en vrije zoektermen gebruiken (de pakkans is minder). Bij 'items found' kun je kijken hoeveel en als je erop klikt, wát je resultaten zijn. Pub-Med bewaart je geschiedenis een tijdje en een vorige zoektocht kun je zo makkelijk opnieuw gebruiken en integreren in een nieuwe zoek.

Gebruik je builder om eerst alles los te zoeken. Om ons voorbeeld te gebruiken: Eerst zoek je metformine. In een volgende zoek ga je voor de B12. Synoniemen steeds koppelen met een OR (of het één of het ander). Als je al je losse resultaten hebt, gebruik je de builder en je geschiedenis om je definitieve en laatste zoektermen op te bouwen. De Booleaanse gaan dan allemaal op AND.

Na de definitieve zoek ga je het kaf van het koren scheiden door filters aan te maken. Een goed bruikbare is bijvoorbeeld het filter 'clinical trial' of 'systematic review'. Niet meteen Text availability op 'full free text' zetten. Als er alleen maar een Abstract (korte samenvatting) beschikbaar is, kun je de titel van het onderzoek ook in Google Scholar (<https://scholar.google.nl/>) typen, je hebt kans dat er 'ergens' een volledige tekst in .pdf of .html te vinden is.

Tips:

- Als je terug wilt, NOOIT het pijltje van je browser gebruiken, altijd via Advanced terug.
- Als er geen MeSH termen zijn voor je zoek, gebruik dan je eigen termen.
- Als je op het search nummer (#2) klikt dan kun je deze specifieke zoek uit je geschiedenis verwijderen.
- Je geschiedenis blijft 8 uur staan, als je een account hebt kun je je zoektocht bewaren.
- Om je Searches te bewaren klik je eerst op 'items found'. In dat venster klik je vervolgens op 'Create Alert'. In dat venster kun je aangeven of je een mail-update wilt (ja) of dat je de boel alleen wilt opslaan.
- Via 'manage your Saved Searches' kom je in je eerder opgeslagen zoektochten.

Oefening

In je praktijk komt een 34-jarige vrouw. Zij wil een behandeling met kruiden en voeding voor haar menstruatieklasten (hyper- en dysmenorroe). Je kent al verschillende behandelopties. Om jezelf verder te informeren over welke kruiden en voedingsinterventies al wetenschappelijk onderzocht zijn en wat daar de uitkomst van is, ga je na het consult op zoek in PubMed.

Gebruik hiervoor de PubMed Advanced Search Builder en ga als volgt te werk:

- Benader PubMed vanuit het zoekfilter voor voedingssupplementen (zie Office of Dietary supplements https://ods.od.nih.gov/Research/PubMed_Dietary_Supplement_Subset.aspx). Voer zoekterm voor menstruatie en voeding in. Hoeveel resultaten heb je?
- Benader PubMed vanuit de algemene link. Ga naar de advanced search optie. Zoek MeSH termen en vrije tekst woorden voor hyper- en dysmenorroe, kruiden en voeding in het Engels. Termen voor kruiden: (herb OR herbal OR volksnaam OR Latijnse naam)

Met welke Boleaanse operator combineer je eventueel synoniemen voor menstruatieklasten, kruiden en voedingstherapie? Met: AND OR NOT?

- Combineer de sets van jouw zoekstrategie in de advanced search vanuit de setnummers in de 'search history'.
- Ga vervolgens kijken of je goede oorspronkelijke artikelen over dit onderwerp vindt, gebruik filters (bv. systematic review).

Een alert naar je email laten sturen

Met een PubMed account (my NCBI) kun je gemakkelijk searches opslaan, filters instellen of een alert aanmaken. Je moet je eerst registreren. Daarna krijg je een account.

Als je bepaalde onderwerpen zou willen volgen, bv. fytotherapie, kun je bijvoorbeeld een standaard alert naar jouw emailadres toehalen voor 'herbal medicine' (MeSH term).

- Klik op 'Create alert' (onder de zoekbalk, naast 'advanced').
- Inloggen in My NCBI.
- Geef je search (eventueel) een naam, klik op Save.

Online verder oefenen

Er zijn verschillende cursussen gratis online te volgen:

- Via You Tube, instructie PubMed.
- Online informatievaardigheids cursussen: <http://libguides.vu.nl/pubmedbasis>. Bekijk deze cursussen (A,B,C) een keer voor verdere verdieping van je vaardigheden of voor een opfriscursus.
- Gratis E-learnings in het Engels over evidence informed werken: <https://www.csh.umn.edu/research/foundations-evidence-informed-practice-modules>. Van het centre of Spirituality and Healing, Universiteit van Minnesota.

Online portals

Wetenschappelijke zoekmachines

- www.scholar.google.com. Zoekt via Google in alle wetenschappelijke data. Handig om te zien of de volledige tekst elders gratis beschikbaar is.

Databases

- Medline (Pubmed) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
- Speciale zoekfilter voor complementaire en alternatieve geneeskunde via National Centre of Complementary and Integrative Health 'CAM on PubMed' <https://nccih.nih.gov/research/camonpubmed>
- Speciale zoekfilter voor voedingssupplementen ontwikkeld door Office of Dietary Supplements http://ods.od.nih.gov/Research/PubMed_Dietary_Supplement_Subset.aspx
- The Cochrane Library <http://www.cochranelibrary.com/>
- Links CAM Cochrane group website: <http://cam.cochrane.org/>
- NARCIS - National Academic Research and Collaborations Information System www.narcis.nl
- Via de Gezondheidsraad kan men (voedings)adviezen en rapporten inzien, bestellen of downloaden <https://www.gezondheidsraad.nl/www.plos.org>. De Public Library of Science (PLOS) is een nog jonge non-profitorganisatie die ernaar streeft wetenschappelijke literatuur algemeen en gratis toegankelijk te maken. Alle artikelen zijn gratis als volledige tekst beschikbaar

Evidence Based Practice tools

- Onderzoek eenvoudig beoordelen: negen vragen die je je kunt stellen om onderzoek te beoordelen <https://nccih.nih.gov/health/know-science/make-sense-health-research?nav=fb>
- <http://dcc.cochrane.org/boekbeoordelingsformulieren-enandere-downloads>, hier kun je formulieren downloaden voor het uitgebreid beoordelen van wetenschappelijke publicaties
- Online informatievaardigheidscursussen volgen. Online cursussen <http://libguides.vu.nl/>. Bekijk deze cursussen (A, B, C) een keer voor verdere verdieping van je vaardigheden of voor een opfriscursus.

Gratis referentiebeheersysteem <http://www.mendeley.com/>. Hiermee kun je literatuurstudies beheren en gemakkelijk overzicht houden, of citeren terwijl je schrijft. Een betaalde variant is Endnote <https://endnote.com/>. Met Endnote kun je hetzelfde als met Mendely, en nog een aantal andere handige zaken zoals zoeken in verschillende databases tegelijk en de studies op je eigen pc beheren.

Gratis E-learnings in het Engels over evidence informed werken <https://www.csh.umn.edu/research/foundationevidence-informed-practice-modules>. Van het centre of Spirituality and Healing, Universiteit van Minnesota.

Voeding, Natuurgeneeskunde en Orthomoleculair

Linus Pauling Institute: het Micronutrient information centre <http://lpi.oregonstate.edu/mic> biedt kwalitatief hoogwaardige informatie.

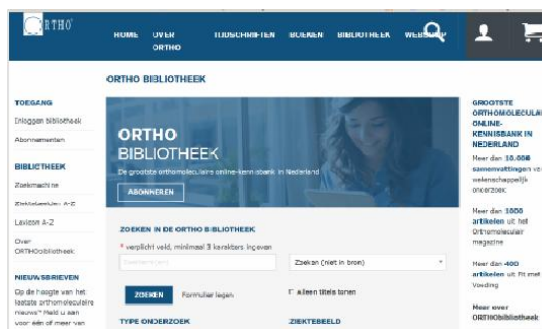
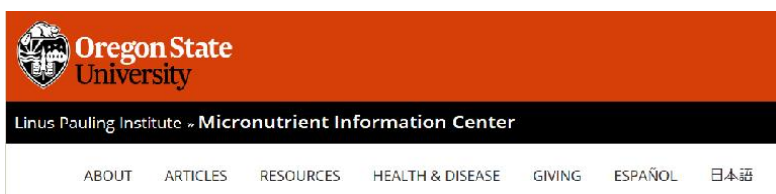
<http://www.doaj.org/> Directory of open access. Geeft toegang aan tijdschriften onder andere op het gebied van voeding, TCM, complementaire geneeskunde. Sommige daarvan zijn niet geïndexeerd voor Medline, dus erg interessant.

De Integrative Medicine sectie van de Memorial Sloan-Kettering Cancer Center <https://www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs> geeft informatie over het gebruik van kruiden bij kanker.

Betaalde toegang:

Natural Medicines Comprehensive Database. Geeft informatie over voedingsbestanddelen en kruiden in verschillende categorieën zoals veiligheid, effectiviteit, werkingsmechanisme, geneesmiddelinteracties en dosering <http://naturaldatabase.therapeuticresearch.com/home.aspx?cs=&s=ND&AspxAutoDetectCookieSupport=1>

Je kunt ook kijken in de database/bibliotheek van de Ortho (www.ortho.nl) of het BIOC (www.biok.center).



Search Field Descriptions and Tags

Affiliation [AD]
Article Identifier [AID]
All Fields [ALL]
Author [AU]
Author Identifier [AUID]
Book [book]
Comment Corrections
Corporate Author [CN]
Create Date [CRDT]
Completion Date [DCOM]
Conflict of Interest [COIS]
EC/RN Number [RN]
Editor [ED]
Entrez Date [EDAT]
Filter [FILTER]
First Author Name [1AU]
Full Author Name [FAU]
Full Investigator Name [FIR]
Grant Number [GR]
Investigator [IR]
ISBN [ISBN]
Issue [IP]
Journal [TA]
Language [LA]
Last Author [LASTAU]
Location ID [LID]
MeSH Date [MHDA]
MeSH Major Topic [MAJR]
MeSH Subheadings [SH]
MeSH Terms [MH]
Modification Date [LR]
NLM Unique ID [JID]
Other Term [OT]
Owner
Pagination [PG]
Personal Name as Subject [PS]
Pharmacological Action [PA]
Place of Publication [PL]
PMID [PMID]
Publisher [PUBN]
Publication Date [DP]
Publication Type [PT]
Secondary Source ID [SI]
Subset [SB]
Supplementary Concept [NM]
Text Words [TW]
Title [TI]
Title/Abstract [TIAB]
Transliterated Title [TT]
UID [PMID]
Version
Volume [VI]