



FAKE

NEWS

# DEMASKUJEMY DEZINFORMACJĘ

**Fałszywa informacja** to informacja nieprawdziwa rozpowszechniana niekiedy ze złymi intencjami. Czasem informacja już nie jest aktualna i dalej żyje w mediach, czasem ktoś chce wprowadzić odbiorcę w błąd, czasem chodzi o dezorientację opinii publicznej, a czasem jest to zwyczajna pomyłka.

**Dezinformacja** to fałszywa informacja rozpowszechniana intencjonalnie, ma wzbudzić panikę, wzmocnić podziały społeczne, osłabić wiarygodność instytucji publicznych. Jest narzędziem manipulacji.

**Fake news** to fałszywa informacja o sensacyjnym charakterze i emocjonalnym wydźwięku imitująca wiadomości mediów informacyjnych. Ma przyciągnąć, zaciekawić, wzburzyć i... wprowadzić w błąd<sup>1,2</sup>.



EUROPEJSKI TYDZIEŃ SZCZEPIEŃ 2025 | 27 KWIETNIA - 3 MAJA  
**SZCZEPIONA CHRONIĄ - ZAUFAJ NAUCE!**

# Nie daj sobą manipulować, demaskuj fake newsy. Zwróć uwagę na:

## Wiarygodność medium

- Czy jest powszechnie uważane za wiarygodne i odpowiedzialne?
- Czy znasz źródło jego finansowania?
- Czy kojarzysz autorów informacji?
- Jeśli to strona internetowa, to czy domena nie budzi wątpliwości, a strona jest profesjonalnie wykonana?



## Treść przekazu

- Czy informacja zaczyna się sensacyjnym, zaskakującym, chwytliwym lub emocjonalnym tytułem?
- Czy tytuł artykułu zgadza się z jego treścią?
- Czy treść jest chaotyczna i pełna emocji autora?
- Czy autor miesza opinie z faktami?
- Czy artykuł podaje proste rozwiązania skomplikowanych problemów?
- Czy artykuł upraszcza zagadnienie, którego dotyczy?
- Czy artykuł bazuje na uprzedzeniach lub stereotypach?
- Czy treść ma budzić wzburzenie, gniew, niepewność, przerażenie, zaciekawienie?
- Czy przywołano konkretne, wiarygodne i weryfikowalne źródło?
- Czy dodano chwytające za serce zdjęcia?

**Jeśli informacja budzi  
Twoje wątpliwości,  
poszukaj innych na ten sam temat  
i porównaj je ze sobą.**

**Nie udostępniaj niesprawdzonych informacji.  
Bądź krytyczny. Nie daj sobą manipulować.**

# NAUKA OBALA MITY:

## **MIT nr 1: Szczepienie przeciwko odrze, śwince i różyczce (szczepionka MMR) może powodować autyzm.**

Jeden z popularniejszych mitów na temat szczepionek, jego nieprawdziwość potwierdziły badania prowadzone w wielu krajach. U jego podstaw stoi jedynie zbieżność czasowa – choroba najczęściej ujawnia się w 18-24 miesiącu życia, czyli wtedy gdy podaje się szczepionkę MMR. Mit ten ma źródło w sfałszowanych badaniach Andrew Wakefielda opublikowanych w prestiżowym magazynie medycznym „Lancet”<sup>3</sup>. Ich autor został pozbawiony prawa do wykonywania zawodu, zwolniony z pracy w USA, a artykuł wycofano z „The Lancet”<sup>4</sup>. Mimo tego A. Wakefield brnął w kłamstwa i współpracował z ruchami antyszczepionkowymi, a nawet powrócił z pseudonaukowym filmem „Vaxxed” opartym na nieprawidłowo zaprojektowanych i zinterpretowanych badaniach odrzuconych przez kilka czasopism naukowych<sup>5</sup>.

## **MIT nr 2: Duża liczba szczepień „przeciąża” układ odpornościowy małego dziecka.**

Dziecko do momentu narodzin znajduje się w aseptycznym środowisku, bez kontaktu ze światem zewnętrznym. Po urodzeniu, układ immunologiczny zaczyna działać i już w pierwszej dobie życia jest gotowy na wytworzenie odpowiedzi immunologicznej na ogromną liczbę antygenów. W czasie pierwszych godzin życia dziecka jego układy: oddechowy i pokarmowy kolonizują bakterie, w tak dużej liczbie, że przekracza ona liczbę komórek dziecka<sup>6</sup>. Badania naukowe potwierdzają, że zaszczepienie dziecka kilkoma preparatami jednocześnie nie ma negatywnych skutków dla jego układu immunologicznego<sup>7</sup>. Dużo większa liczba antygenów oddziałuje na dziecko podczas przeziębienia niż po podaniu szczepionki.



EUROPEJSKI TYDZIEŃ SZCZEPIEŃ 2025 | 27 KWIETNIA - 3 MAJA  
**SZCZEPIONIA CHRONIĄ - ZAUF AJ NAUCE!**





EUROPEJSKI TYDZIEŃ SZCZEPIEŃ 2025 | 27 KWIETNIA - 3 MAJA  
**SZCZEPIENIA CHRONIĄ - ZAUF AJ NAUCE!**

### **MIT nr 3: Nie powinno się szczepić wcześniaków, ponieważ mają niedojrzały układ odpornościowy.**

Wcześnieńki wyjątkowo potrzebują szczepień ochronnych właśnie z tego powodu, że ich układ odpornościowy nie jest w pełni ukształtowany, a liczba przeciwciał przekazanych od matki przez łożysko nie daje im właściwej ochrony immunologicznej<sup>88</sup>. Wcześnieńki są bardziej narażone na zachorowanie na choroby zakaźne niż dzieci urodzone w terminie, dlatego bardzo potrzebują szczepień ochronnych – mają wyższe ryzyko na śmiertelnie groźne zachorowania na krztusiec i inwazyjną chorobę pneumokokową, a jednym z czynników ryzyka powikłań pogrypowych jest właśnie wcześniactwo. Żeby zapobiegać – należy szczepić.

### **MIT nr 4: Szczepionki zawierają toksyczną rtęć.**

W jednej szczepionce używanej w Polsce – DTP (przeciw błonicy, tężcowi i krztuścowi) i jej odpowiednikach, w składzie występuje tiomesal (etylortęć). Nie jest to jednak „ta” groźna i toksyczna rtęć. To związek bezpieczny dla organizmu, który jest z niego usuwany w sposób naturalny i nie kumuluje się w naszym ciele<sup>99</sup>. Nazwa związku chemicznego budzi niepotrzebne obawy.

Rtęć należy do grupy naturalnych pierwiastków występujących w skorupie ziemskiej, powietrzu, glebie i wodzie. Niektóre z bakterii występujących w środowisku mogą zmieniać rtęć nieorganiczną w organiczną (metylortęć), która przez łańcuch pokarmowy dostaje się do organizmów ryb, innych zwierząt i ludzi. Jeśli zgromadzi się w organizmie w dużym stężeniu, może spowodować uszkodzenie układu nerwowego (tzw. działanie neurotoksyczne). Zwykle o szkodliwym wpływie rtęci na organizm człowieka mówi się właśnie w kontekście metylortęci. Należy jednak pamiętać, że tiomersal zawiera etylortęć, a nie metylortęć. Etylortęć nie gromadzi się w organizmie przy kolejnych szczepieniach w ilości toksycznej<sup>10</sup>.

### **MIT nr 5: Przechorowanie choroby daje lepszą odporność, niż szczepienie.**

Szczepionka zawiera osłabione lub inaktywowane fragmenty patogenu albo informację genetyczną pobudzającą organizm do produkcji antygenów. W ten sposób układ immunologiczny „uczy się” rozpoznawać patogen i wytwarzać przeciwciała bez konieczności przechodzenia przez ciężką infekcję<sup>11</sup> i narażenia na powikłania. Przy przechorowaniu choroby nie jesteśmy w stanie przewidzieć, jak ciężki będzie jej przebieg, czy pojawią się powikłania niebezpieczne dla zdrowia, a nawet życia. W przypadku wielu chorób pomoc ogranicza się do podawania leków objawowych, nie ma bowiem skutecznych metod leczenia. Dzięki szczepieniu możemy uodpornić się na chorobę w sposób łagodny dla organizmu.

Dodatkowo, nie każda choroba daje odporność po jej przechorowaniu. Dotyczy to np. meningokoków czy pneumokoków<sup>12</sup>.



### **MIT nr 6: Nasi rodzice i dziadkowie otrzymywali znacznie mniej szczepień i byli zdrowsi.**

Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że w okresie ostatnich 50 lat uratowano 154 miliony istnień ludzkich dzięki globalnym programom szczepień, tj. 6 osób na minutę, 8 768 dziennie, 3,2 mln rocznie. W tym okresie szczepienia przeciwko 14 chorobom bezpośrednio przyczyniły się do zmniejszenia liczby zgonów niemowląt o 40% na całym świecie. W latach 50. poprzedniego wieku w pierwszym roku życia umierało co dziesiąte dziecko, głównie z powodu chorób zakaźnych<sup>13</sup>.

Od momentu rozpoczęcia szczepień do 2007 roku zmniejszyła się śmiertelność: z powodu krztuśca o 93%, a z powodu ospy wietrznej, błonicy, poliomyelitis, różyczki o 100%<sup>14</sup>.



## **MIT nr 7: Umiemy leczyć choroby zakaźne, więc nie trzeba się szczepić.**

Mimo postępu medycyny, wciąż nie potrafimy leczyć wielu chorób. Niektórym umiemy zapobiegać. Dotyczy to chorób takich jak odra, świnka, różyczka, poliomyelitis, kleszczowe zapalenie mózgu, zakażenia rotawirusowe. W przypadku chorób wywoływanych przez bakterie możemy leczyć, podając antybiotyki, jednak nie dają one gwarancji braku powikłań i lekkiego przebiegu choroby. Dodatkowo należy pamiętać, że zbyt powszechne stosowanie antybiotykoterapii prowadzi do powstawania szczepów odpornych na antybiotyki. Dlatego lepiej jest zapobiegać infekcjom i antybiotykoterapii, jeżeli tylko mamy taką możliwość.

## **MIT nr 8: Szczepionka nie chroni przed zachorowaniem, więc po co się szczepić.**

Efektywność szczepionek jest bardzo duża i wynosi 85-98%. Nawet jeśli pomimo zaszczepienia dojdzie do choroby, to jej przebieg jest łagodniejszy, a ryzyko powikłań mniejsze<sup>15</sup>. Pomyślmy, jakie konsekwencje miałyby choroba u osoby nieszczepionej?



## **MIT nr 9: Szczepionki mRNA zmieniają genom człowieka.**

RNA ze szczepionki nie wnika do DNA człowieka. DNA, czyli kwas deoksyrybonukleinowy umiejscowiony w jądrach komórkowych, jest nośnikiem naszej informacji genetycznej. Z kolei RNA, czyli kwas rybonukleinowy, występuje w wielu różnych postaciach (głównie mRNA, rRNA, tRNA) i bierze udział w syntezie białek. Nie ma możliwości, żeby podany w szczepionce fragment mRNA wszedł do jądra komórki i w jakikolwiek sposób połączył się z helisą DNA. Po kilkudziesięciu godzinach od iniekcji mRNA z wirusa ulega degradacji<sup>16</sup>.

## **MIT nr 10: Szczepienia ochronne promują firmy farmaceutyczne dla zarobku.**

Przychody ze sprzedaży szczepionek to ok 2-3% przychodów globalnego rynku farmaceutycznego<sup>17</sup>.



EUROPEJSKI TYDZIEŃ SZCZEPIEŃ 2025 | 27 KWIEŃNIA - 3 MAJA  
**SZCZEPIONIA CHRONIĄ - ZAUF AJ NAUCE!**



## PRZYPISY

- 1 <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja/dezinformacja--jak-ja-rozpoznać-i-skutecznie-sie-przed-nią-bronić>
- 2 <https://skepticalscience.com/docs/DebunkingHandbook2020-Polish.pdf>
- 3 <https://szczepienia.pzh.gov.pl>
- 4 <https://www.mp.pl/szczepienia/wywiady/255319,recenzja-nie-jest-testem-prawdy>
- 5 <https://www.mp.pl/szczepienia/wywiady/255319,recenzja-nie-jest-testem-prawdy>
- 6 <https://szczepienia.pzh.gov.pl/faq/6551/>
- 7 <https://szczepienia.pzh.gov.pl/faq/6551/>
- 8 <https://szczepienia.pzh.gov.pl>
- 9 <https://szczepienia.pzh.gov.pl>
- 10 <https://www.mp.pl/pacjent/grypa/lista/48081,dlaczego-w-niektórych-szczepionkach-jest-tiomersal-i-czy-jest-on-bezpieczny>
- 11 <https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/co-to-jest-szczepionka/?strona=3#dlaczego-nabywanie-odporności-poprzez-szczepienie-jest-bezpieczniejsze-niż-choroba-%C2%A0>
- 12 <https://szczepienia.pzh.gov.pl>
- 13 <https://szczepienia.pzh.gov.pl>
- 14 <https://www.mp.pl/pacjent/szczepienia/sytuacje-szczegolne/70468,szczepienia-u-dzieci-fakty-i-mity>
- 15 <https://vaccination-info.europa.eu/pl/informacje-o-szczepionkach/jak-działają-szczepionki/skuteczność-szczepień>
- 16 <https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/popularne-mity-temat-szczepionek/>
- 17 <https://szczepienia.pzh.gov.pl/wszystko-o-szczepieniach/popularne-mity-temat-szczepionek/?strona=4#czy-firmy-farmaceutyczne-najwięcej-zarabiają-na-szczepionkach>



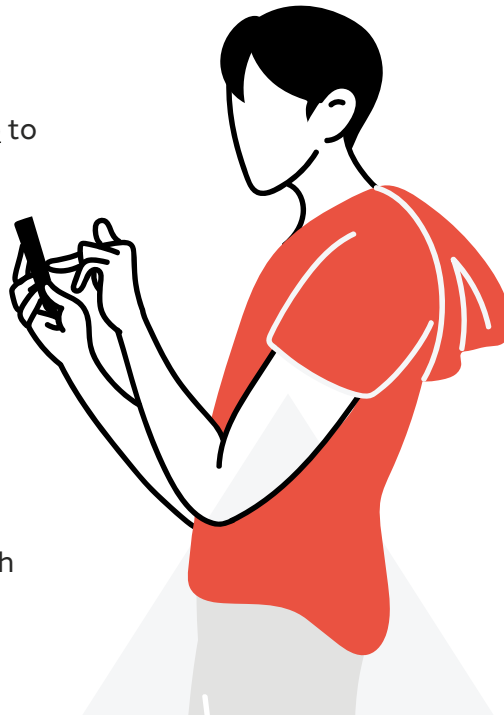
# ZGŁOŚ DEZINFORMACJĘ!

Korzystając z formularza na stronie Państwowego Instytutu Badawczego NASK, możesz zgłosić treści zamieszczane na stronach internetowych bądź w mediach

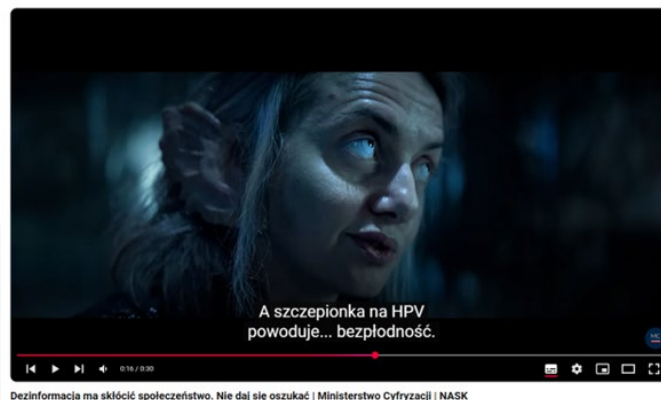
społecznościowych o charakterze dezinformacyjnym, które za podstawowy cel swojego działania mają wprowadzenie w błąd użytkowników Internetu.

<https://www.zglos-dezinformacje.nask.pl/>

Strona [www.nask.pl/dezinfo](http://www.nask.pl/dezinfo) to kluczowy element kampanii na rzecz walki z dezinformacją. Znajdują się na niej praktyczne wskazówki, jak rozpoznawać fałszywe informacje, analizować ich źródła i zgłaszać je do odpowiednich



instytucji. W przystępny sposób wyjaśnia mechanizmy działania dezinformacji oraz prezentuje narzędzia ułatwiające weryfikację treści. Dzięki konkretnym przykładom strona zachęca do nierozpowszechniania nieprawdziwych informacji.



**Spot Dezinformacja ma skłócić społeczeństwo. Nie daj się oszukać**



Broszura opracowana przez Główny Inspektorat Sanitarny