

Placebo und Nocebo – gute und schlechte Erwartungen werden wahr

Es bewegt sich was in der alten Reparatur-Schulmedizin.

Mehr und mehr scheint die Erkenntnis, daß der Mensch eine Leib-Seele-Einheit ist, Eingang in die Schulmedizin zu finden. Seelische Einflüsse auf das leibliche Befinden sind inzwischen meßbar. Und so ist der bisher belächelte Placebo-Effekt wissenschaftlich anerkannt.



Annette Kerckhoff berichtet in einem Beitrag der Zeitschrift *Natur und Medizin* 03/2011, Organ der Karl und Veronika Carstens-Stiftung, über die Kraft der Gedanken:

„Das ist doch nur ein Placebo-Effekt“ – diese etwas abfällig gemeinte Bemerkung will ausdrücken, daß ein Arzneimittel, eine Therapie, eine Maßnahme keine „echte“ Heilwirkung habe, sondern diese Heilwirkung lediglich auf der Einbildung beruhe. Mittlerweile jedoch weiß man, daß genau dieser Glaube, diese Erwartung einen nicht zu unterschätzenden Einfluß auf den Heilungsprozeß hat – im guten wie im schlechten Sinne.

Dabei ist man sich wohl bis vor kurzem nicht darüber im Klaren gewesen, was denn eine „echte“ Heilwirkung von einer auf „Einbildung“ beruhenden, also wohl „unechten“ Heilwirkung

unterscheidet. Doch heute weiß man,

welch wichtige Rolle die Erwartung an ein Heilmittel oder eine Therapie spielt. Und man weiß, welche neurophysiologischen Zusammenhänge es zwischen Emotionen, damit auch Erwartungen, und körperlicher Symptomatik gibt.



Annette
Kerckhoff
(aus: N&M)

Und Kerckhoff zitiert den Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie und Verhaltensimmunbiologie am Universitätsklinikum Essen, Manfred Schedlowski:

Eine starke Erwartungshaltung verändert die Gehirnchemie, Botenstoffe werden ausgeschüttet, und diese Veränderungen werden über das Nervensystem an den Körper weitergeleitet, wo sie häufig genau die gewünschten Wirkungen in Gang setzen.

Schon 1996 habe der klinische Pharmakologe Ernst Habermann gesagt:

Nicht nur die stoffliche, sondern auch die psychosoziale Botschaft gehorcht wohlbekannten Regeln der Biologie.

Kerckhoff betont, Habermann

kritisiert aufs Schärfste die Haltung klassischer Naturwissenschaftler, die „zweite Botschaft“ (die seelische) nicht zu sehen.

Wörtlich sagt Habermann 1996:

Die Lehrbücher (des orthodoxen Wissenschaftlers) sind auf diesem Auge blind.

Genau das werfen auch Hamer und andere sog. Außenseiter der Schulmedizin vor. Daß deren materialistisches Menschenbild veraltet und untauglich ist, beweist auch der amerikanische Kardiologe Herbert Benson, der im selben Jahr 1996 in seinem Buch *Heilung durch Glauben*

auf mehreren hundert Seiten ... zahlreiche Beispiele an(führt), bei denen der Glaube an eine positive Kraft, beispielsweise die Heilkraft der Arznei, klinisch meßbare Effekte hatte. Dieser Glaube, so Benson, war eine Komponente im Heilungsprozeß, die nicht nur ernst genommen, sondern gezielt genutzt werden sollte.

Placebo-Effekte, so räumen auch moderne Wissenschaftler ein, kommen bei jedem neu auf den Markt kommenden Arzneimittel, bei berühmten Medizineren oder bei dem Glauben an die Heilwirkung einer bestimmten Operationstechnik oder Therapie zum Tragen.

Doch derselbe Kardiologe Benson weist auch auf den

Fluch schlechter Nachrichten

hin. Die Erwartung schlechter Wirkungen beeinträchtigt das leibliche Befinden. Das ist dann der Nocebo-Effekt.

Kerckhoff zitiert R. Hahn, der in seinem Buchbeitrag *The Nocebo Phenomenon: Scoping Foundations* schreibt:

Der Nocebo-Effekt ist die Verursachung von Krankheit (oder Tod) und durch die mit dieser Erwartung assoziierten emotionalen Status.

Für die zerstörerische Macht, die bis zum Tode führen kann, nennt

Kerckhoff ein Beispiel:

Ein junger Mann nimmt an einer placebokontrollierten, randomisierten (nach dem Zufallsprinzip zugeordneten) Studie zur Prüfung von Psychopharmaka teil.

Im Verlauf der Studie trennt sich die Freundin des Probanden von ihm. Aus Verzweiflung schluckt er alle Tabletten, die er zuvor vom Studienleiter erhalten hatte, auf einmal.

Von Stunde zu Stunde geht es ihm schlechter, bis er zusammenbricht. Im Krankenhaus schaut der behandelnde Arzt zufällig in die Studienunterlagen und stellt fest: Dieser Mann hatte keine „echten“ Psychopharmaka erhalten, er war in der Placebogruppe.

Als er dies dem Patienten mitteilte, verbesserte sich dessen Zustand rapide.

Unsere Verantwortung



Dr. med.
Veronika
Carstens

Dr. med. Veronika Carstens berichtete in der o. a. Zeitschrift bereits 1998

von einer Studie, bei der die Hirnstrahlung bei positiven und negativen Gefühlen gemessen wurde – und die eindrucksvoll zeigte, welche Wirkung diese Gefühle hatten.

Veronika Carstens leitete daraus ihre Folgerungen ab:

Wer von uns hätte eine solche meßbare Kraft, die von unseren Gedanken ausgeht, vermutet? ... In jedem Augenblick und nicht nur wenn wir sprechen, sondern auch wenn wir „nur“ denken. Welch eine Verantwortung! Und wohin geht diese überschüssige Kraft,

die weit mehr vermag, als nur um den Erdball zu kreisen? In den Kosmos? ...

Aber eines scheint mir sicher zu sein, daß wir mit den Kräften unserer Gedanken in jedem Augenblick am Schicksal der Welt mitwirken und damit an der Zukunft von uns und unseren Kindern.

Das ist eine Botschaft an alle Miesmacher, Kassandren, Weltuntergangsprediger. Deren Nocebo-Effekte wirken sich eher panikerzeugend und lebensfeindlich als irgendwie nützlich aus, was aber zumeist mit dem Untergang ihrer Bewegungen quittiert wird.

Auf Dauer will niemand sein Leben mit düsteren Vorhersagen belastet verbringen, während draußen die Natur in ihrer Schönheit zeigt, was unbeirrbarer Lebenswille vermag.