

5. PATIENTEN-NEWSLETTER : BEHANDLUNGSERWARTUNG (Treatment Expectation)

Wird diese E-Mail nicht richtig angezeigt? [Im Browser ansehen.](#)



10. Juli 2024

Liebe PatientInnen, FörderInnen und Follower unseres SFB/TRR 289,

Sie haben länger nichts von uns gehört. Das liegt nicht daran, dass wir nicht engagiert gearbeitet und keine guten News hatten. Wir haben sogar eine großartige Neuigkeit! Nach anstrengenden Monaten intensiver Arbeit fand im März die Begutachtung der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) für die zweite Förderphase unseres SFB 289 „Treatment Expectation“ in Hamburg statt, und dort waren all unsere Kräfte gebunden. Aber die Mühe hat sich gelohnt: Die DFG hat kürzlich die Mittel für eine weitere vierjährige Förderphase bis 6/2028 bewilligt.

Das ist ein großer Erfolg für unsere Standorte Essen, Marburg und Hamburg! Mit weiteren 15 Millionen Euro fördert die DFG die Arbeit unseres überregionalen Sonderforschungsbereichs, der von der Universität Duisburg-Essen koordiniert wird. Unser Ziel ist es, den Einfluss der Erwartung auf die Wirksamkeit medizinischer Behandlungen besser zu verstehen und diese Erkenntnisse zur Optimierung von Therapien zu nutzen, da Erwartungen von Patientinnen und Patienten einen erheblichen Einfluss auf den Verlauf von Erkrankungen und die Wirksamkeit von Behandlungen haben.

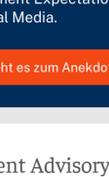
Hierzu untersucht ein interdisziplinäres Team aus 26 exzellenten Forschenden aus den Bereichen der Medizin, Psychologie und den Neurowissenschaften in Essen, Hamburg, Marburg und neuerdings auch in Berlin in 18 Projekten die psychologischen und neurobiologischen Mechanismen von Erwartungseffekten. Ich bin sehr glücklich, dieses Team aus exzellenten Forschenden aus den verschiedensten Bereichen zusammen zu bringen und als Sprecherin zu vertreten.

Mit dem heutigen Newsletter möchten wir aber nicht nur die frohe Nachricht verkünden, sondern besonders zwei SFB-Neuerungen erklären: unser eigenständiges Projekt zur Wissenschaftskommunikation (Science Communication Projekt) und den Patientenbeirat (Patient Advisory Board). Was das ist und wie diese Neuerungen unsere Forschung voranbringen sollen, lesen Sie neben vielen weiteren interessanten Neuigkeiten für Sie als Patienten und Patientinnen in dieser neuen Ausgabe unseres Newsletters.

Wir freuen uns auf vier weitere Jahre spannende und wichtige Forschung und werden Sie ab jetzt wieder regelmäßig über neue Erkenntnisse informieren.

Unsere neuesten Publikationen und Aktivitäten finden Sie wie immer aktuell auch auf der Webseite www.treatment-expectation.de und auf Twitter unter [@sfb_trr289](https://twitter.com/sfb_trr289) sowie auf Instagram ([sfb_trr289](https://www.instagram.com/sfb_trr289)) und Facebook ([sfb.trr289](https://www.facebook.com/sfb.trr289)).

Hier ist zudem der QR-Code, der Sie direkt auf unseren YouTube-Kanal führt:



(https://www.youtube.com/@SFB-TRR_289)

Ich wünsche Ihnen einen fröhlichen Sommer!

Ihre Prof. Ulrike Bingel als Sprecherin des SFBs für das gesamte Team

Unser neuer Film mit erstaunlichen Anekdoten

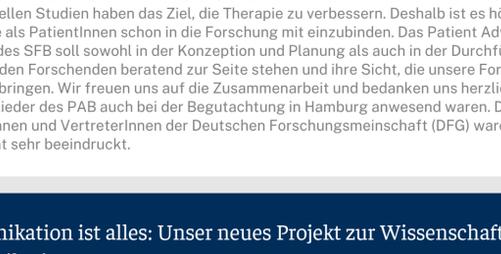
ERWARTUNGSEFFEKTE IM ALLTAG

Ob klein oder groß, ob jung oder älter,
Placeboeffekte und negative Noceboeffekte
haben die meisten schon einmal erlebt.

Nahezu jeder hat schon einmal einen Erwartungseffekt erlebt – sei es der alkoholfreie Drink, der trotzdem einen Schwips verursacht, oder das Zauberpapier unter dem Sicherheitsgurt, das dem Kind die Übelkeit beim Autofahren vertreibt. Aus diesen Anekdoten, die wir gesammelt haben, ist nun ein Film für den SFB/TRR 289 Treatment Expectation entstanden. Verlinken Sie den Film gern auf Ihren Plattformen und auf Social Media.

[Hier geht es zum Anekdoten-Film](#)

Wie unterstützt das neue Patient Advisory Board den SFB?



Vor dem Poster stehen im Foto (von links): Dr. Helena Hartmann (PI im Science Communication Projekt des SFB vom Universitätsklinikum Essen), Oliver Vorthmann (Deutsche Depressionsliga), Katharina Kaminski (Westdeutsches Patienzenzentrum Essen), Nicole Baumann (UVSD SchmerzLOS), Wolfgang Litzenroth (Patientenvertreter, Standort Hamburg), Anna Borgmann (Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin des SFB, Standort Hamburg), Prof. Meike Shedden-Mora (PI im Teilprojekt Z02 von der Medical School Hamburg)

Es geht eigentlich am Ende immer um Sie - die Patienten und Patientinnen. Alle klinischen und experimentellen Studien haben das Ziel, die Therapie zu verbessern. Deshalb ist es höchst sinnvoll. Sie als PatientInnen schon in der Forschung mit einzubinden. Das Patient Advisory Board (kurz PAB) des SFB soll sowohl in der Konzeption und Planung als auch in der Durchführung und Bewertung den Forschenden beratend zur Seite stehen und ihre Sicht, die unsere Forschung ja betrifft, einbringen. Wir freuen uns über die Zusammenarbeit und bedanken uns herzlich, dass einige Mitglieder des PAB auch bei der Begutachtung in Hamburg anwesend waren. Die GutachterInnen und VertreterInnen der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) waren vom Engagement sehr beeindruckt.

Kommunikation ist alles: Unser neues Projekt zur Wissenschaftskommunikation

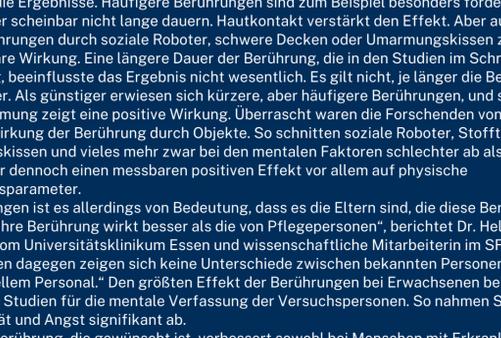


Im Bild von links unsere PI Dr. Helena Hartmann und der Neurologe Dr. Lorenz Peters vom Lehrstuhl für Didaktik in der Medizin

Die Öffentlichkeit über unsere Forschung und die Macht von Behandlungserwartungen zu informieren, ist eine der wichtigen Aufgaben des Public Outreach Teams für den SFB/TRR 289. In der ersten Förderperiode haben wir bereits sehr breit über viele Kanäle (Webseite, Newsletter, Social Media, Videos, Interviews, Publikationen, Vorträge, Fortbildungen, u.v.m.) mehr als 81 Millionen Medienkontakte geschaffen, also viele Millionen Menschen in unterschiedlichsten Zielgruppen erreicht. In der Zukunft soll die Kommunikationsstrategie sich besonders auf zwei Zielgruppen fokussieren: PatientInnen und medizinisches Personal. Informationsmaterial neu entwickeln, bewerten und dann in der Breite zum Einsatz bringen, das soll das Ziel sein. Ganz wichtig ist dabei das Feedback sowohl der Medizinstudierenden als auch der PatientInnen, deshalb ist eine enge Zusammenarbeit mit dem Patient Advisory Board vorgesehen (siehe dazu den Beitrag in diesem Newsletter). Auf unserer Webseite finden Sie bereits jetzt viele Hinweise, wie Sie Erwartungseffekte in der Arzt-Patienten-Kommunikation nutzen können, um Placeboeffekte zu fördern und Noceboeffekte zu reduzieren.

[Erwartungen nutzen](#)

Immer gut informiert auf Instagram, Facebook, YouTube und X



Aktuelle News, wichtige Termine und spannende Einblicke in unsere Forschung

Wer immer informiert bleiben möchte, folgt den Seiten des SFB/TRR 289 in den sozialen Medien. Bereits seit 2021 twittert unser Team auf Englisch und erreicht dort inzwischen über 400 Follower. Im vergangenen Jahr sind unsere deutschsprachigen Kanäle auf Instagram und Facebook hinzugekommen – mit großem Erfolg: seit Februar 2023 hat sich beispielsweise die Zahl derjenigen, die uns auf Instagram folgen, verdreifacht. Insgesamt wurden Beiträge auf Instagram rund 13.500mal und auf Facebook rund 17.000mal angesehen.

Auch unsere Webseite www.treatment-expectation.de bleibt mit etwa 2.000 Seitenansichten pro Monat gut besucht. Vor allem der Bereich „Entdecken & Mitmachen“ interessiert viele Nutzer und Nutzerinnen: Allein über den Artikel zur **Geschichte der Placeboforschung** gelangen inzwischen gut 100 BesucherInnen pro Monat auf das Informationsportal unseres Sonderforschungsbereichs. Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie auch Ihre Lieben, Freunde und Bekannten neugierig und auf unsere Aktivitäten aufmerksam machen!

[Hier geht es zu Instagram](#)

Berührungen tun gut! Aber wie lange soll der Körperkontakt dauern? Hilft auch die Umarmung eines Roboters?



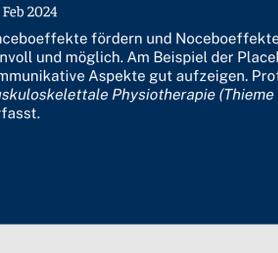
Ein Forschungsteam aus Bochum, Essen und Amsterdam wertete über 130 internationale Studien mit rund 10.000 Teilnehmenden metaanalytisch aus und konnte zeigen, dass Berührung vor allem geeignet ist, Schmerz, Depression und Angst zu lindern.

Das Team berichtete in der renommierten Zeitschrift „*Nature Human Behaviour*“ vom 8. April 2024 über die Ergebnisse. Häufigere Berührungen sind zum Beispiel besonders förderlich, müssen aber scheinbar nicht lange dauern. Hautkontakt verstärkt den Effekt. Aber auch Objektberührungen durch soziale Roboter, schwere Decken oder Umarmungsskissen zeigten eine nachweisbare Wirkung. Eine längere Dauer der Berührung, die in den Studien im Schnitt bei 20 Minuten lag, beeinflusste das Ergebnis nicht wesentlich. Es gilt nicht, je länger die Berührung, desto besser. Als günstiger erwiesen sich kürzere, aber häufigere Berührungen, und selbst eine kurze Umarmung zeigt eine positive Wirkung. Überrascht waren die Forschenden von der positiven Wirkung der Berührung durch Objekte. So schnitten soziale Roboter, Stofftiere, Umarmungsskissen und vieles mehr zwar bei den mentalen Faktoren schlechter ab als Menschen, zeigten aber dennoch einen messbaren positiven Effekt vor allem auf physische Gesundheitsparameter.

„Bei Säuglingen ist es allerdings von Bedeutung, dass es die Eltern sind, die diese Berührungen ausführen. Ihre Berührung wirkt besser als die von Pflegepersonen“, berichtet Dr. Helena Hartmann vom Universitätsklinikum Essen und wissenschaftliche Mitarbeiterin im SFB. „Bei Erwachsenen dagegen zeigen sich keine Unterschiede zwischen bekannten Personen und professionellem Personal.“ Den größten Effekt der Berührungen bei Erwachsenen belegten die zahlreichen Studien für die mentale Verfassung der Versuchspersonen. So nahmen Schmerz, Depressivität und Angst signifikant ab. Das Fazit: Berührung, die gewünscht ist, verbessert sowohl bei Menschen mit Erkrankungen in klinischen Situationen als auch bei Gesunden das physische und mentale Befinden.

[Hier geht es zur Originalarbeit](#)

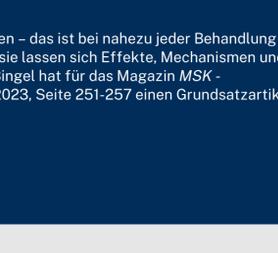
Zwei aktuelle Publikationen, die besonders für Patienten wichtig sind: Was haben die Medien mit Kopfschmerzen zu tun? Und wie aktiv ist der Placeboeffekt bei der Homöopathie?



Noceboeffekt durch Medienberichte über Hirnthrombosen nach Covid-19 Impfung

Eine retrospektive Analyse von Daten der neurologischen Notfallambulanz des Universitätsklinikums Essen zeigt einen signifikanten Anstieg der PatientInnenzahlen 2021 nach der ersten Medienberichterstattung über Sinusvenenthrombosen als mögliche Folge einer COVID-19-Impfung. Die Ergebnisse des Teams um Prof. Christoph Kleinschnitt und Prof. Ulrike Bingel legen nahe, dass ein Noceboeffekt, der durch die Berichterstattung über mögliche Thrombosen ausgelöst wurde, in Gehirngefäßen dabei eine bedeutende Rolle spielte. Auch wenn Kopfschmerzen häufigere Impfbeneidwirkungen darstellen, war statistisch die Zunahme der Notfallkonsultationen in Essen in der Ambulanz nicht durch die steigenden Impffzahlen zu erklären. Die Ergebnisse verdeutlichen die Rolle des medieninduzierten Noceboeffekts. Also: Wer eine Impfung bekam, dann Kopfschmerzen spürte und damals im März 2021 viel über Thrombosen gelesen hatte, suchte häufiger die Ambulanz auf.

Dr. med. Livia Asan, Assistenzärztin und Wissenschaftlerin in der Neurologie am Universitätsklinikum Essen und Mitautorin der spannenden Studie, betont die große Bedeutung: „Die Zahlen aus unserer Notaufnahme illustrieren, welche Auswirkungen die mediale Berichterstattung über Gesundheitsrisiken in der Medizin ganz konkret haben kann. Dabei schienen medieninduzierte Noceboeffekte für den starken Anstieg an PatientInnenzahlen eine besondere Rolle gespielt zu haben. Es ist wichtig, dass wir diese realen, durch negative Erwartung vermittelten Effekte identifizieren, verstehen und letztlich Strategien entwickeln, sie zu reduzieren.“ Die Studie wurde in *Frontiers in Psychiatry* veröffentlicht.



Was wir von der Homöopathie lernen können und auch sollten

In dieser zukunftsweisenden Publikation in der neuesten Ausgabe von „*Frontiers in Psychology*“ geht ein ForscherInnenteam aus Marburg, Gießen, Essen und Stockholm der Frage nach, wie die Behandlungserwartung den Behandlungserfolg beeinflusst und wie die Homöopathie diese Effekte einsetzt. Der Psychologische Psychotherapeut Dr. Marcel Wilhelm, wissenschaftlicher Mitarbeiter der Arbeitsgruppe Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Marburg, beschreibt die Hintergründe: „Mit dem Artikel wollen wir aufzeigen, welche Placebomechanismen unserer Ansicht nach in der Homöopathie genutzt werden, sodass fehlende Wirkstoffe manchmal nicht mehr so sehr ins Gewicht fallen. Gleichzeitig sollte es ein Appell an die evidenzbasierte Medizin sein, diese Mechanismen ebenfalls besser zu nutzen, um auch hier den Behandlungserfolg zu steigern. Homöopathie wird häufig so dargestellt, als hätte sie gar keine Wirkung, nur weil ein Effekt über den Placeboeffekt hinaus nicht nachgewiesen werden konnte. Tatsächlich wissen wir als Placebo-Forschende aber, dass der Placeboeffekt an sich schon sehr mächtig sein kann. Zudem kann er unterschiedlich stark ausfallen, je nachdem, wie man eine Behandlung erklärt, einbettet oder verabreicht. Als am bedeutsamsten haben sich in diesem Zusammenhang die Erwartungen an die Behandlung herauskristallisiert. Was in der Homöopathie besonders gut gemacht wird, ist Behandlungserwartungen zu optimieren. Die Therapeuten praktizieren eine empathische Kommunikation, nehmen sich deutlich mehr Zeit im Gespräch als bei konventionellen medizinischen Behandlungen üblich, geben bestimmte Regeln für die Einnahme von Globuli vor und vieles mehr.“

[Zur Originalarbeit](#)



Aktuelles aus der Forschung und den Medien:

Der Pneumo-Podcast: Können wir Scheinmedizin im Praxisalltag nutzen?
18. Juni 2024

Sehr zu empfehlen: Prof. Ulrike Bingel erklärt im Pneumo-Podcast, unterstützt von Boehringer-Ingelheim, alles Wissenswerte über Placebos und den Einfluss von Erwartungen auf medizinische Behandlungen und Medikamentenwirkung. Bitte reinhören!

Vortrag im Planetarium Nürnberg: Vom Reiz des Übersinnlichen
17. Mai 2024

Prof. Ulrike Bingel erläutert in einer Vortragsreihe von *Kortizes - Institut für populärwissenschaftlichen Diskurs*, wie Placebo- und Noceboeffekte Therapieerfolge beeinflussen können.

Quarks Dimension - Ralph geht dem Placeboeffekt auf die Spur!
25. Apr 2024

Ob Placebo-Medikamente auch wirken, wenn man weiß, dass man ein Placebo schluckt, verrät Moderator Ralph Caspers in seiner *QUARKS-Sendung* im *WDR*.

Die Kraft der Erwartung nutzen
06. Feb 2024

Placeboeffekte fördern und Noceboeffekte vermeiden – das ist bei nahezu jeder Behandlung sinnvoll und möglich. Am Beispiel der Placeboanalgesie lassen sich Effekte, Mechanismen und kommunikative Aspekte gut aufzeigen. Prof. Ulrike Bingel hat für das Magazin *MSK - Muskuloskeletale Physiotherapie (Thieme Verlag)*, 2023, Seite 251-257 einen Grundsatzartikel verfasst.

Dieser Newsletter wurde versendet von
Sonderforschungsbereich SFB/TRR 289 - Treatment Expectation
c/o Universitätsklinikum Essen A.ö.R., Hufelandstraße 55, 45147 Essen
vertreten durch Prof. Dr. Ulrike Bingel

Sie möchten keine E-Mails mehr wie diese erhalten? [Hier](#) abmelden.

Gefördert durch
DFG Deutsche
Forschungsgemeinschaft