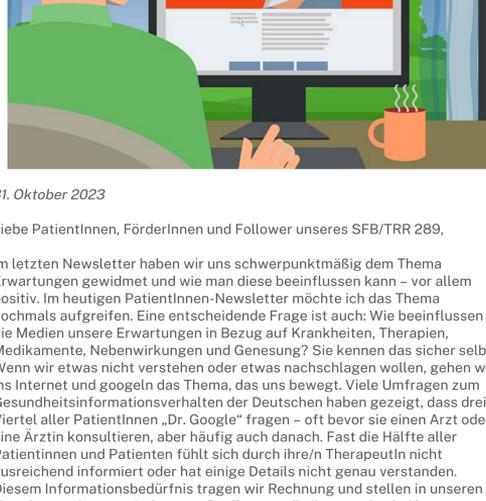


Herbst 2023 - SFB/TRR 289: Der 5. PatientInnen-Newsletter TREATMENT EXPECTATION

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



31. Oktober 2023

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

im letzten Newsletter haben wir uns schwerpunktmäßig dem Thema Erwartungen gewidmet und wie man diese beeinflussen kann – vor allem positiv. Im heutigen PatientInnen-Newsletter möchte ich das Thema nochmals aufgreifen. Eine entscheidende Frage ist auch: Wie beeinflussen die Medien unsere Erwartungen in Bezug auf Krankheiten, Therapien, Medikamente, Nebenwirkungen und Genesung? Sie kennen das sicher selbst: Wenn wir etwas nicht verstehen oder etwas nachschlagen wollen, gehen wir ins Internet und googeln das Thema, das uns bewegt. Viele Umfragen zum Gesundheitsinformationsverhalten der Deutschen haben gezeigt, dass drei Viertel aller PatientInnen „Dr. Google“ fragen – oft bevor sie einen Arzt oder eine Ärztin konsultieren, aber häufig auch danach. Fast die Hälfte aller PatientInnen und Patienten fühlt sich durch ihre/n TherapeutIn nicht ausreichend informiert oder hat einige Details nicht genau verstanden. Diesem Informationsbedürfnis tragen wir Rechnung und stellen in unseren Newslettern immer wieder gute Quellen vor, die Ihnen weiterhelfen. In dieser Ausgabe haben wir aber auch einen Beitrag vorbereitet, der Ihnen die Tücken der Recherche im Internet aufzeigt und Ihnen Ratschläge gibt, was man beachten sollte, wenn man mal schnell „Krankheit XY + Nebenwirkungen“ in die Suchleiste eingibt. Lesen Sie dazu unseren Beitrag „Wie Sie richtig im Internet recherchieren“.

Sehr gern lege ich Ihnen unser aufgezeichnetes Patientenforum über die Kraft der Erwartung ans Herz. Viele weitere Informationen und Neues aus dem Sonderforschungsbereich Treatment Expectation finden Sie in diesem Newsletter und auch auf unserer Webseite.

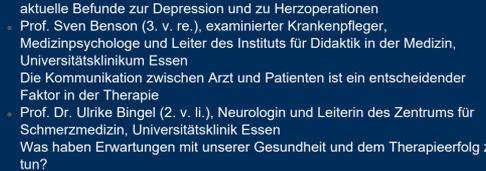
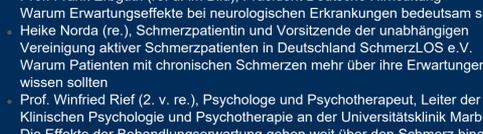
[Hier geht es zur Webseite](#)

Unsere neuesten Publikationen und Aktivitäten gibt es wie immer auch auf Twitter unter [@sfb_trr289](#).

Einen gesunden Herbst und alles Gute wünscht Ihnen

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

Die Kraft der Erwartung: PatientInnenforum des Sonderforschungsbereichs in Kooperation mit der Deutschen Hirnstiftung



Wie Sie als PatientIn Ihre Therapie positiv beeinflussen können, war am 9. Mai das Thema des Online-Forums. Placeboeffekte fördern und Noceboeffekte vermeiden, das ist bei nahezu jeder Behandlung – unabhängig von der Erkrankung – sinnvoll und möglich. Mehr als 100 Online-TeilnehmerInnen folgten den Ausführungen der ExpertInnen aus Klinik, Forschung und der Selbsthilfeeorganisation SchmerzLOS e.V. Hier finden Sie den [Link](#) zum Video der 90-minütigen Veranstaltung.

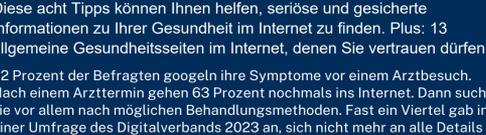
TeilnehmerInnen und Themen:

- Prof. Frank Erbguth (re. u. im Bild), Präsident Deutsche Hirnstiftung
Warum Erwartungseffekte bei neurologischen Erkrankungen bedeutsam sind
- Heike Norda (re.), Schmerzpatientin und Vorsitzende der unabhängigen Vereinigung aktiver Schmerzpatienten in Deutschland SchmerzLOS e.V.
Warum Patienten mit chronischen Schmerzen mehr über ihre Erwartungen wissen sollten
- Prof. Winfried Rief (2. v. re.), Psychologe und Psychotherapeut, Leiter der Klinischen Psychologie und Psychotherapie an der Universitätsklinik Marburg
Die Effekte der Behandlungserwartung gehen weit über den Schmerz hinaus: aktuelle Befunde zur Depression und zu Herzoperationen
- Prof. Sven Benson (3. v. re.), examinierter Krankenpfleger, Medizinspsychologe und Leiter des Instituts für Didaktik in der Medizin, Universitätsklinikum Essen
Die Kommunikation zwischen Arzt und Patienten ist ein entscheidender Faktor in der Therapie
- Prof. Dr. Ulrike Bingel (2. v. li.), Neurologin und Leiterin des Zentrums für Schmerzmedizin, Universitätsklinikum Essen
Was haben Erwartungen mit unserer Gesundheit und dem Therapieerfolg zu tun?
- Moderation: Gaby Miketta, Public-Outreach-Team des SFB

Die Deutsche Hirnstiftung berät PatientInnen kostenfrei zu neurologischen Krankheiten, Behandlungsmöglichkeiten und Medikamenten. Sie wird u.a. von neurologischen Kliniken und Praxen als Mitglieder finanziert und ergänzt bundesweit deren medizinische Aufklärungsarbeit. Informationen über die Deutsche Hirnstiftung finden Sie unter <https://hirnstiftung.org/>.

[Hier geht es zur Aufzeichnung](#)

Für PatientInnen mit Krebserkrankungen: So aktivieren Sie ihre körpereigene Apotheke



Für das Infoportal Hautkrebs hat Prof. Ulrike Bingel von der Universität Essen den Forschungsstand über Placebo- und Noceboeffekte ausführlich zusammengefasst. Sie finden darin sowohl Ratschläge als auch Literaturhinweise.

[Hier der Link zum Beitrag](#)

Placeboeffekte fördern, Noceboeffekte vermeiden: Wie Sie vor und nach dem Arztbesuch richtig im Internet recherchieren

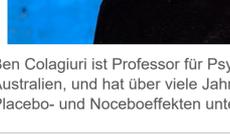


Diese acht Tipps können Ihnen helfen, seriöse und gesicherte Informationen zu Ihrer Gesundheit im Internet zu finden. Plus: 13 allgemeine Gesundheitsseiten im Internet, denen Sie vertrauen dürfen

62 Prozent der Befragten googeln ihre Symptome vor einem Arztbesuch. Nach einem Arzttermin gehen 63 Prozent nochmals ins Internet. Dann suchen sie vor allem nach möglichen Behandlungsmethoden. Fast ein Viertel gab in einer Umfrage des Digitalverbands 2023 an, sich nicht mehr an alle Details aus dem Arztgespräch erinnern zu können und die Lücke mithilfe des Internets schließen zu wollen. 15 Prozent haben die Erläuterungen von Arzt oder Ärztin nicht verstanden und recherchieren deshalb im Anschluss an den Termin selbst nach.

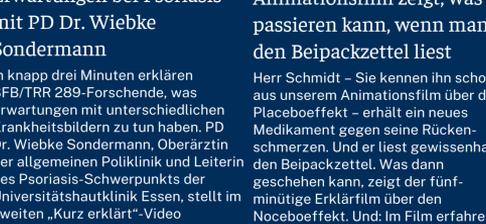
[Zum Beitrag](#)

Die Perspektive der PatientInnen wird innerhalb der Forschung des SFB durch Prof. Shedden-Mora gestärkt



Vor allem in der Placeboforschung ist die Sichtweise von PatientInnen besonders wichtig, deshalb wird Prof. Meike Shedden-Mora das SFB-Team verstärken. Ihr Thema: Wie beeinflusst die individuelle Erwartungshaltung eines Patienten bzw. einer Patientin? Prof. Shedden-Mora hat seit 2021 die Professur für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Medical School Hamburg inne. Die MSH ist eine der größten privaten, staatlich anerkannten Universitäten für Psychologie in Deutschland. Nach ihrer Promotion in Marburg bei Prof. Winfried Rief und Stationen im Elbeklinikum Stade, an der Universität de Costa Rica und an der Universität de dem UKE Hamburg forscht sie nun zu Behandlungserwartungen und körperlichen Symptomen.

Achtung: Bitte vormerken!



Placeboeffekte: Wie Erwartungen Gesundheit und Genesung beeinflussen

Prof'in Dr. Ulrike Bingel
Prof. Dr. Sven Benson

Universitätsklinikum Essen – Sonderforschungsbereich –
Treatment Expectation

HÖRSAAL F

Am 12. Dezember können Sie an der Patientinnenuniversität Hannover Prof. Ulrike Bingel und Prof. Sven Benson persönlich kennenlernen.

Mit dem Begriff „Placebo“ verbinden sich oftmals negative Assoziationen: wirkungslose Zuckerpillen, die zu Kontrollzwecken in Medikamentenstudien eingesetzt werden oder schlimmer noch mit denen PatientInnen getäuscht werden. Placebos sind aber vielmehr eine Art Werkzeug, ein Wirkverstärker für Therapien. Dazu braucht es keine Pille ohne Wirkstoff (Placebo). Entscheidend sind die Erwartungen von PatientInnen, welche auch die Wirksamkeit von echten Medikamenten modulieren. TherapeutInnen wie PatientInnen sollten die Kraft der Erwartung nutzen, um wirksame Behandlungen wirksamer und verträglicher zu machen. Die gute Kommunikation zwischen Arzt bzw. Ärztin und PatientIn ist ein wichtiger Faktor, um Placeboeffekte zu fördern und Noceboeffekte zu verhindern. Weitere Infos über die Patientinnenuni unter: www.patienten-universitaet.de.

[Hier geht es zur Ankündigung](#)

Wie stark beeinflussen die sozialen Medien unsere Erwartungen?



Ben Colagiuri ist Professor für Psychologie an der Universität in Sydney, Australien, und hat über viele Jahre die Rolle von Erwartungen sowie Placebo- und Noceboeffekte untersucht.

In zwei Studien untersuchte Colagiuri gemeinsam mit WissenschaftlerInnen aus Australien, den USA, Großbritannien und Dänemark den Zusammenhang zwischen Posts in den sozialen Medien wie X (ehemals Twitter) und auftretenden Nebenwirkungen nach der Covid-19-Impfung. Es stellte sich heraus, dass Impfnebenwirkungen häufiger berichtet und auch als stärker beschrieben wurden, wenn Menschen vor der Impfung negative Meldungen von Post-Impfreaktionen in den sozialen Medien und durch persönliche soziale Kontakte ausgesetzt waren. „Die Ergebnisse lassen vermuten, dass das, was wir von anderen über soziale Netzwerke hören und sehen, die Macht hat, unsere eigene Reaktion zu beeinflussen – und zwar über Noceboeffekte“, erklärt Colagiuri im Interview. Sein bestes Beispiel ist der Millionenfirma von Elon Musk, mit Tesla, SpaceX, X und vielen weiteren Technologiefirmen einer der reichsten, bekanntesten und umstrittensten Menschen. Er postete am 21.01.2021 auf Twitter (heute X): „Ich hatte starke Nebenwirkungen von meiner zweiten Auffrischungsimpfung. Ich fühlte mich, als würde ich mehrere Tage lang sterben. Hoffentlich keine bleibenden Schäden, aber ich weiß nicht.“

20 Millionen User haben den Post gesehen, 155.000 haben ihn mit „gefällt mir“ markiert. Insgesamt hat Elon Musk 141 Millionen Follower (Stand Mai 2023).

[Zum Interview](#)

Zwei neue Informationsfilme für Sie!

Kurz erklärt: Über Erwartungen bei Psoriasis mit PD Dr. Wiebke Sondermann

In knapp drei Minuten erklären SFB/TRR 289-Forschende, was Erwartungen mit unterschiedlichen Krankheitsbildern zu tun haben. PD Dr. Wiebke Sondermann, Oberärztin der allgemeinen Poliklinik und Leiterin des Psoriasis-Schwerpunkts der Universitätsklinik Essen, stellt im zweiten „Kurz erklärt“-Video für PatientInnen dar, wie Erwartungen die Psoriasis beeinflussen. Zwei bis drei Prozent der Menschen in Deutschland leiden an Schuppenflechte, einer chronisch entzündlichen Hauterkrankung. Sie wird stark durch psychische Faktoren beeinflusst und ist eine große seelische Belastung für PatientInnen. Weitere „Kurz erklärt“-Vorträge finden Sie auf [YouTube](#). Schauen Sie doch mal rein!

[Kurz erklärt von Dr. Sondermann](#)

Noceboeffekt: Der Animationsfilm zeigt, was passieren kann, wenn man den Beipackzettel liest

Herr Schmidt – Sie kennen ihn schon aus unserem Animationsfilm über den Placeboeffekt – erhält ein neues Medikament gegen seine Rückenschmerzen. Und er liest gewissenhaft den Beipackzettel. Was dann geschehen kann, zeigt der fünfminütige Erklärfilm über den Noceboeffekt. Und: Im Film erfahren PatientInnen und auch Fachpersonal, was sie tun können, um dem Noceboeffekt entgegenzuwirken. Sie finden unseren zweiten Erklärfilm auf [YouTube](#) und auf unserer [Webseite](#). Gern können Sie unsere SFB-Erklärfilme über den Placebo- und Noceboeffekt auch auf Ihrer Homepage einbinden oder für PatientInnenveranstaltungen einsetzen.

[Hier geht es zum Film](#)

Lernen Sie die ProfessorInnen des Sonderforschungsbereichs „Treatment Expectation“ näher kennen: Dr. Regine Klinger

Wie können wir BehandlerInnen die Erwartungen der PatientInnen so ausrichten, dass sie positiv und zuverlässig an ihre Schmerzbehandlung herangehen? Wie können die PatientInnen selbstwirksam ihre Schmerzbehandlung unterstützen? Mit Fragen wie diesen beschäftigt sich die Privatdozentin Dr. Regine Klinger am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. Sie ist die psychologische Leiterin des Bereichs Schmerzmedizin und Schmerzpsychologie der Anästhesiologie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf.

[Hier geht's zur Vita von Dr. Klinger](#)

Aktuelles aus der Forschung

Mein Doc heißt Zuversicht
31. Okt 2023

Barbara Sonntag (Redakteurin der Zeitschrift *Freundin*) sprach im Mai 2023 mit Prof. Ulrike Bingel u.a. darüber, wie jeder das Wissen aus der Placeboforschung für sich nutzen kann.

Zuversicht hilft
30. Okt 2023

In diesem Artikel von Marcel Wilhelm und Prof. Rief in dem Journal *Gehirn und Geist* geht es u.a. um die erwartungsfokussierte Therapie

Quarks Science Cops: Der Placeboeffekt kann nicht alles, aber viel!
19. Okt 2023

Prof. Bingel im Interview mit den *Quarks Science Cops* vom *WDR* über das Thema Placebo

Podcastauftritt bei WissenWeekly zum Absetzen von Antidepressiva
09. Jul 2023

Prof. Yvonne Nestoriuc erklärt in diesem Podcast von *Wissen Weekly* u.a., warum jedes Jahr mehr Antidepressiva verschrieben werden und wer davon profitiert

Ärztliche Behandlung: Das Gespräch hat einen Stellenwert
07. Jul 2023

In diesem Artikel der *faz* spricht Prof. Bingel u.a. über Verbesserungsmöglichkeiten in der ärztlichen Versorgung

Dieser Newsletter wurde versendet von
Sonderforschungsbereich SFB/TRR 289 – Treatment Expectation
c/o Universitätsklinikum Essen A.&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