



Studien zeigen, dass wirkstofffreie Mittel wie Zuckerpillen und Zuckersirups auch bei aufgeklärten Patienten bestimmte Beschwerden lindern können.

# „Ein echtes Phänomen!“ Auch offenkundige Placebos können helfen

Von Ilka Sommer

Die kleine Lea hat sich gestoßen und weint bitterlich. Ihr Papa holt schnell ein Pflaster. Kaum klebt es auf Leas Bein, sind ihre Tränen vergessen. Wer kennt das nicht? Wenn Kinder Trost brauchen, helfen oft kleine Zuwendungen.

So geht es offenbar nicht nur Kindern. Ein junges Forschungsfeld untersucht sogenannte Open-Label Placebos (OLPs). Gemeint sind Scheinmedikamente, die ehrlich verabreicht werden, wörtlich „Placebos mit offenem Etikett“. Das klingt wie ein Scherz, ist es aber nicht. Kontrollierte klinische Studien zeigen seit einigen Jahren, dass wirkstofffreie Mittel wie Zuckerpillen und Zuckersirups auch bei aufgeklärten Patienten Beschwerden lindern können. Das gilt zum Beispiel für Rückenschmerzen, Migräne, Fatigue, Depression, Heuschnupfen, Hitzeallergien in den Wechseljahren und Reizdarmbeschwerden. Metaanalysen, die die Daten zusammenfassend auswerten, zeigen signifikante Gesamteffekte.

**Placebos wirken auch, wenn der Patient eingeweiht ist**

„Es ist ein echtes Phänomen, mit dem wir selbst nicht gerechnet haben“, sagt Ted J. Kaptchuck, der Pionier dieser Forschung aus Boston, USA. Kaptchuck ist Medizinprofessor an der Harvard Medical



**Ted Jack Kaptchuck** ist Medizinprofessor an der Harvard Medical School in Boston und Direktor des Programms für Placebo-Studien und Therapeutische Begegnung.

„

**Die größten Effekte beobachten wir bei chronisch Kranken, deren Behandlung in der Standardmedizin nicht erfolgreich war.**

**Ted J. Kaptchuck,**  
Placebo-Forscher

School und Direktor des Programms für Placebo-Studien und Therapeutische Begegnung. Ohne Forschungsförderung habe er vor einem guten Jahrzehnt die erste kontrollierte OLP-Studie mit Reizdarmpatienten durchgeführt. Die renommierte Fachzeitschrift PLOS ONE hat sie 2010 veröffentlicht. Die beeindruckenden Ergebnisse führten dazu, dass weitere Studien folgten und Forscher weltweit den Ansatz aufgriffen.

„Wir sagen den Patienten die absolute Wahrheit“, erklärt Kaptchuck, „wir behaupten nicht, dass es wirkt. Es wirkt nur bei manchen Menschen manchmal.“ In seinen jüngeren Experimenten werden Patienten, die OLPs bekommen, mit Patienten verglichen, die keine Behandlung, sondern nur Arztgespräche, bekommen. „Damit kontrollieren wir, dass es sich nicht um eine spontane Besserung handelt.“

Heißt das, dass wir uns zukünftig bei Kopfschmerzen eine Packung mit der Aufschrift „Aspirin-Placebo“ in der Apotheke kaufen? Kaptchuck ist skeptisch. „Die größten Effekte beobachten wir bei chronisch Kranken, deren Behandlung in der Standardmedizin nicht erfolgreich war.“ Eine klinische Behandlung sei nach jetzigem Kenntnisstand entscheidend.

Aber wie kommt man überhaupt auf so eine abseitige Idee? „Der Placebo-Effekt hat einen sehr

schlechten Ruf“, sagt Kaptchuck. „Er verhindert die Arzneimittelentwicklung und gilt als Lügen-Effekt.“ In klassischen Doppelblind-Studien wissen die Patienten nicht, ob sie das Medikament oder das Placebo bekommen. Werden starke Placebo-Effekte gemessen, verhindert das die Zulassung des Medikaments. Die Medizin vertritt die Theorie, dass positive Erwartungen für den Placebo-Effekt ausschlaggebend sind. Die Patienten erwarten ein Medikament mit Wirkstoff, das ihnen hilft. Und diese Erwartung wirkt, selbst wenn das Medikament wirkstofffrei ist.

## Verzweifelte Patienten sind empfänglicher für Placebos

An diese Theorie glaubte Ted J. Kaptchuck nicht mehr. „Ich habe Hunderte Patienten erlebt, die keine positiven Erwartungen haben, sondern verzweifelt sind.“ Sozialwissenschaftler in seinem Team haben Probanden einer Doppelblind-Studie erstmals qualitativ befragt. „Es sind Verzweiflung und Hoffnung, dass ihnen nach Jahren vergeblicher Behandlung irgendetwas hilft.“ Nicht zu wissen, was sie verabreicht bekommen, machte die Patienten unruhig. So kam er auf die Idee, es mit der Wahrheit zu probieren.

Aber was wirkt, wenn es nicht die positiven Erwartungen sind? „Wir können bisher nur Theorien aufstellen“, sagt Kaptchuck. Er sucht die Antwort nicht im Bewusstsein: „Der Körper kann Dinge wissen, die unser Verstand nicht verstehen kann.“ So sehe man gerade bei skeptischen Patienten die stärksten Effekte. Aus seiner Sicht hat es mit der therapeutischen Begegnung zu tun, in der Tabletten verschrieben und eingenommen werden, mit der Autorität des Arztes und den Emotionen des Patienten. Das Ritual ermögliche neurobiologische Prozesse, die Symptome und ihre Wahrnehmung verändern.

Wunder möchte der Experte jedoch nicht versprechen. Es ärgert ihn, wenn jemand behauptet, Placebos könnten Erkrankungen wie einen Tumor oder Malaria heilen. Es gehe nur um Symptome, die mit Schmerzen und subjektiver Wahrnehmung zu tun haben. „In den USA ist es unter Ärzten sehr verbreitet, Placebos verdeckt zu verabreichen“, berichtet Kaptchuck. „Das ist ein ethisches Problem, das OLPs lösen können.“ Außerhalb von Studien kämen sie bisher aber nicht zum Einsatz.

Und in Deutschland? Ulrike Bingle, Professorin für Neurologie und Leiterin des Zentrums für Schmerzmedizin am Universitätsklinikum Essen, war ebenfalls an OLP-Studien beteiligt. Sie bemerke ein großes Interesse in der Bevölkerung. „Ich kann mir vorstellen, dass das in zehn Jahren ein Mosaiksteinchen in einem großen Therapieangebot sein wird.“

Der Weg solle aber dahingehen, die Wirkung der Medikamente zu steigern, indem Ärzte Sorgen, Ängste, Vorerfahrungen und Erwartungen der Patienten berücksichtigen. „Für Patienten, die dennoch sagen, ‚das Medikament will ich nicht‘, ist ein Open-Label Placebo vielleicht besser als gar nichts.“ Nicht ausgeschlossen also, dass es helfen kann, wenn Arzt und Patient ein Heilmittel-Ritual vollziehen, von dem sie wissen, dass es nur ein Ritual ist. Eben so, wie wir es von Kindern und Eltern bereits kennen.

## Gesundheitstermine

GESUNDHEITSTERMINE

in der Woche vom 9. bis 15.10.

**Montag, 9.10.**

**Infoabend für werdende Eltern**

St. Joseph Krankenhaus, Onlinekonferenz, 18-19:30 Uhr, Zugang über [sjk.de/veranstaltungen](https://sjk.de/veranstaltungen)

**Dienstag, 10.10.**

**Gesundheitstraining Balance: Qi Gong**

Volkssolidarität Berlin, Kontaktstelle PflegeEngagement Friedrichshain-Kreuzberg, Gryphiusstraße 16, 18 Uhr, Anmeldung erforderlich unter 030 403 66 11 25 oder [kpe@volkssolidaritaet.de](mailto:kpe@volkssolidaritaet.de)

**Virtuelles Arzt-Patienten-Seminar „Rheumatologie“**

Charité Universitätsmedizin, Onlineveranstaltung via Zoom, 15:30-18:45 Uhr, Zugang über [rheuma.charite.de](https://rheuma.charite.de), Referenten u.a. Denis Poddubnyy, Leiter der Rheumatologie am Campus Benjamin Franklin, und Andreas Michalsen, Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin

**Mittwoch, 11.10.**

**Unterschätzt, gefürchtet und geliebt – die Kunsttherapie**

Frühinterventions- und Therapiezentrum, Helle Mitte, Fritz-Lang-Straße 3, 15-17 Uhr, Anmeldung erforderlich unter 030 130 17 3751 oder [katharina.marienfeld@vivantes.de](mailto:katharina.marienfeld@vivantes.de)

**Informationsveranstaltung für Patientinnen und Patienten:**

**Wenn aus dem Po Blut zu beobachten ist – was tun?**

Sankt Gertrauden-Krankenhaus, Paretzer Straße 12, 17 Uhr, Referent: Oberarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie Alexander Klose, mehr Infos unter 030 8272 2281 oder [sankt-gertrauden.de](https://sankt-gertrauden.de)

**Moderne Therapien von Herzrhythmusstörungen**

Evangelisches Waldkrankenhaus Spandau, Stadtrandstraße 555, Patientenzentrum, 17:30-18:30 Uhr, Referent: Ivan Diaz Ramirez, Chefarzt der Klinik für Kardiologie

**Info-Abend für werdende Eltern mit Kreißsaalbesichtigung**

Sankt Gertrauden-Krankenhaus, Paretzer Straße 12, Konferenzraum 2, 19 Uhr, mehr Infos unter 030 8272 2917 oder [www.sankt-gertrauden.de](https://www.sankt-gertrauden.de)

**Donnerstag, 12.10.**

**Nach der Pflege und was nun?**

Volkssolidarität Berlin, Kontaktstelle PflegeEngagement Friedrichshain-Kreuzberg, Gryphiusstraße 16, 17 Uhr, Anmeldung unter 030 403 66 11 25 oder [kpe@volkssolidaritaet.de](mailto:kpe@volkssolidaritaet.de)

**Infoabend der Wiegmann**

**Klinik zur Psychodynamischen (teil-)stationären Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie** Wiegmann Klinik, Spandauer Damm 130, Haus 12, Eingang H, Raum 302

**Freitag, 13.10.**

**Vortrag: Seelenruhe – die Kraft der inneren Entwicklung**

Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, Kladower Damm 221, Haus 28, Vortragsaal, 19 Uhr