

Die Macht der Erwartungen – Über Placebo- und Nocebo-Effekte

Winfried RIEF, Universität Marburg

In klinischen Studien finden sich oftmals erstaunliche Verbesserungen bei Patienten/-innen, die in den Placebo-Gruppen sind, aber gleichzeitig auch viele Berichte auf Nebenwirkungen („Nocebo-Effekte“), obwohl nur eine „Zuckerpille“ eingenommen wurde. Verschiedene psychologische Mechanismen tragen zu diesen Effekten bei, wie zum Beispiel Patientenerwartungen an den Behandlungserfolg, frühere Behandlungserfahrungen von Patienten/-innen, Wahlfreiheit von Patienten/-innen, das Vertrauen in die Behandler, oder der subjektive Wert einer Behandlung.

Die letzten Jahre haben spannende neue Erkenntnisse erbracht, um die Kausalität sowie psychobiologischen Wirkpfade dieser Effekte besser zu belegen. Anhand einer Therapiestudie zur psychologischen Operationsvorbereitung bei Herzchirurgie-Patienten wird beispielhaft aufgezeigt, wie die Optimierung von Patientenerwartungen selbst bei hoch-invasiven Eingriffen dazu beiträgt, dass es Patienten/-innen sechs Monate nach der OP deutlich besser geht. Somit steht man nun am Beginn der systematischen Nutzung von Placebo-Mechanismen und Vermeidung von Nocebo-Mechanismen bei klinischen Anwendungen.

Diese Befunde haben auch für die Behandlung psychischer Erkrankungen besondere Bedeutung. Viele psychische Erkrankungen können darüber hinaus als „Störungen von Patientenerwartungen“ konzeptionalisiert werden, und auch Psychotherapie unterschiedlicher Therapieschulen zielt oftmals auf eine Modifikation von Patientenerwartungen ab. Daraus lassen sich jedoch auch Schlussfolgerungen ableiten, wie bestehende psychotherapeutische Ansätze unter Berücksichtigung dieser Erkenntnisse weiter verbessert werden können, und „treatment failure“ vermieden werden können. Hierzu werden praktische Anwendungsbeispiele vorgestellt.