

Zeitschrift: Frei denken : das Magazin für eine säkulare und humanistische Schweiz
Herausgeber: Freidenker-Vereinigung der Schweiz
Band: 102 [i.e. 104] (2021)
Heft: 4: Spiritualität ... Kitsch für Ungläubige?

Artikel: "Wo nichts ist, da kann auch nichts wirken"
Autor: Bueller, Vera / Grams-Nobmann, Natalie
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1091354>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Natalie Grams-Nobmann verschrieb als Ärztin in Heidelberg homöopathische Behandlungen – bis sie sich intensiver mit den Studien dazu befasste und realisierte: Das kann als Medizin gar nicht funktionieren. Mit einem Buch über ihre Erkenntnisse sorgte sie international für grosse Aufregung.



Foto: © AdobeStock, Gerhard Seybert

«Wo nichts ist, da kann auch nichts wirken»

INTERVIEW VERA BUELLER

Ursprünglich wollten Sie ein Buch über den Nutzen der Homöopathie schreiben. Herausgekommen ist eines, das der Homöopathie abschwört. Wie das?

Natalie Grams-Nobmann: Ich habe der Homöopathie lange Zeit vertraut – so wie ganz viele Menschen. Ich habe sie nicht besonders kritisch hinterfragt. Für mein erstes Buch wollte ich nun einen Schritt weitergehen und mich wirklich mal mit den kritischen Punkten der Homöopathie auseinandersetzen, die ich bisher ausgeblendet hatte. Doch dabei merkte ich: Viele Argumente der Homöopathie sind auf Sand gebaut und überhaupt nicht haltbar. Sowohl was den Wirkmechanismus angeht als auch die Wirksamkeit.

Aber es gibt wissenschaftliche Studien, die eine Wirksamkeit der Homöopathie belegen.

Das habe ich früher auch gesagt: Es gibt diese Studien, die eine Wirksamkeit nahelegen, also muss doch was dran sein. Ich kann es auch niemandem verdenken, wenn er gleich denkt: Warum soll man wissenschaftlichen Studien misstrauen, gerade als Laie? Aber man muss Studien richtig lesen lernen – in meinem Medizinstudium kam das viel zu kurz.

Warum?

Wir lernten nie richtig, wie man Studien aufbaut, wie man sie interpretiert, welche Werte dafür wichtig sind, wie man Zahlen miteinander vergleicht, um zu soliden Aussagen zu kommen. Viele homöopathische Studien sind metho-

disch sehr schlecht. Und je schlechter sie sind, desto stärker verzerren sie die Ergebnisse zugunsten der Homöopathie. Sie werden von Homöopathen total überinterpretiert, wohl auch, weil sie die Sprache wissenschaftlicher Studien nicht richtig beherrschen. Das ist kein Vorwurf, sondern einfach eine Tatsache.

Na ja, auch bei manchen Methoden der Schulmedizin kennt man den Wirkmechanismus nicht.

Da gibt es zwei grosse Unterschiede. Erstens mag bei gewissen Medikamenten zwar der Wirkmechanismus nicht ganz geklärt sein. Aber dafür ist die Wirksamkeit klar bestätigt. Zum Beispiel wissen wir auch beim weit verbreiteten Schmerzmittel Paracetamol nicht ganz genau, wie es im Körper funktioniert.

Aber es gibt genug Belege dafür, dass es gut darin ist, Schmerz zu lindern. Und zweitens sind die möglichen Wirkmechanismen nicht unplausibel. Sie sind nicht von vornherein mit einer Unwahrscheinlichkeit ausgestattet wie bei der Homöopathie. Diese besagt ja, dass ein nicht mehr vorhandener Wirkstoff eine Wirkung haben soll.

Ist es nicht so, dass sich das Wasser eines Präparats an den Wirkstoff erinnern und somit wirken kann?

Diese Erklärung stimmt leider nicht. Die Homöopathie hat wohl eine zwischenmenschliche oder psychologische Wirkung, sprich Placebo. Dieser Effekt tritt bei jeder Therapie ein. Aber darüber hinaus hat die Homöopathie keine spezifisch arzneiliche Wirkung. Das ist nicht

bloß meine Meinung, sondern der Stand der Wissenschaft. Es ist schlicht kein Wirkstoff vorhanden, der eine Wirkung haben könnte. Und die von Homöopathen proklamierte «Transformation in das Energetische» findet nicht statt. Das ist erwiesen aufgrund des Wissens in Chemie, Physik, Pharmakologie und Physiologie. Ein «Wassergedächtnis» konnte so auch nicht bestätigt werden.

Es könnte doch auch sein, dass die Forschung die Messmethode für die Homöopathie einfach noch nicht gefunden hat.

Nein. Wir sind mit dem Wissen so weit, dass wir diese Dinge beurteilen können. Wir können beurteilen, dass bei einer grobmotorisch geschüttelten Lösung

mit nicht mehr vorhandenem Wirkstoff keine Energie entsteht oder übertragen wird. Dafür reichen unsere Messmethoden völlig aus. Es ist einfach auch eine Frage des gesunden Menschenverstandes. Wir sagen ja auch nicht: Vielleicht sind es Einhörner, die uns gesund machen, wir haben einfach noch nicht die richtige Messmethode gefunden.

Warum nicht an Einhörner glauben? Das stört doch niemanden.

Klar, es gibt diesen magischen Aspekt, der wundervoll ist. Wir alle glauben nicht wirklich an Einhörner oder den Osterhasen, weil es natürlich Quatsch ist. Aber wir gestehen zu, dass wir magisches Denken mit einem gewissen Humor, einer gewissen Leichtigkeit oder eingebettet in ein Glaubenssystem to-

lerieren. Das ist okay für Kinder, und es ist okay, wenn man religiös gläubig ist. Aber in der Medizin ersetzt solche Magie nicht Wirksamkeit und Wissenschaft.

Eine Einsicht, die bei Ihnen gar spät kam...

Das zu erkennen, war für mich hart. Ich habe mich aus dieser magischen Welt herausbegeben, als ich mit der Homöopathie aufhörte. Und heute muss ich sagen: Auf dem Boden der Tatsachen liegt leider zu wenig Glitzer. Vorher konnte ich an Energien glauben, die es nicht gibt. Konnte glauben, dass alles miteinander zusammenhängt. Und dass ich die Möglichkeit habe, all das zu beeinflussen. Manchmal fehlt mir das heute, aber so ist die Realität.

Sie sind also in der Vergangenheit auf die Homöopathie hereingefallen?

Ja, das würde ich im Nachhinein so sagen – obwohl es mir nie so vorkam. Ich empfand die Homöopathie damals als echte Hilfe. Als eine Art zweites Wissen, das ich geschenkt bekommen habe. Als Reinfallen oder als Betrug kam es mir nicht vor. Betrug setzt voraus, dass jemand vorsätzlich täuschen will. Fast alle Homöopathen, die ich kennengelernt habe, glauben aber wirklich, dass die Homöopathie eine besondere Wirkung hat, die einfach noch nicht erforscht worden ist. Das ist kein Betrug. Ich weiss, dass manche Skeptiker die Homöopathie sogar als Kindesmisshandlung bezeichnen. Das werden Sie von mir aber nicht hören.

Im Internet haben Sie Hasskommentare erhalten und Sie mussten auch schon von der Polizei geschützt werden. Hat sich das gelohnt?

Ich habe nicht mit dem Rummel gerechnet. Die ganze Mediensache kam erst, nachdem ich mein Buch veröffentlicht und meine Praxis geschlossen hatte. Unsere Lokalzeitung in Heidelberg hat dann mal angefragt, ob ich ein Interview

geben wolle. Ich war völlig unvorbereitet und hatte keine Ahnung, wie man so etwas macht. Nur einen Tag nach diesem Interview meldete sich der «Stern». Und danach hat es einfach nicht mehr aufgehört. Dabei hatte ich niemals den Plan, zur Homöopathie-Kritikerin zu werden. Mir war es wichtig, meinen Patienten in die Augen schauen zu können.

Es scheint, dass Ihre Kritik nicht viel verändert hat. In der Schweiz wird die Komplementärmedizin an den Universitäten und seitens der Politik gefördert.

Die Politik stützt sich halt nicht nur auf Fakten, sondern auch auf Beliebtheit. Politische Entscheidungen sind kein Beweis für die Wirksamkeit der Homöopathie. Ich bin überzeugt, dass auch die Deutschen «ja klar!» sagen würden, wenn sie gefragt würden, ob sie die Homöopathie staatlich fördern wollen. Aber warum? Weil sie die Homöopathie mit Naturheilkunde verwechseln, weil sie den Argumenten «sanft, natürlich, nebenwirkungsfrei» glauben, die jahrzehntelang von allen Medien breitgetreten wurden. Und weil sie den falschen Informationen von Homöopathen vertrauen, dass es eben sehr wohl einen Wirkungsmechanismus gebe. Doch das ist eine Blase. Und irgendwann wird die zerplatzen. Bei uns in Deutschland haben 12 von 17 Ärztekammern die Homöopathie aus ihren Weiterbildungsordnungen gestrichen – ein Anfang!

Kritiker sagen, Sie seien von einem Extrem ins anderes verfallen. Fehlt es Ihnen heute vielleicht an Distanz zur Schulmedizin? Es zeigt sich doch immer wieder, dass sich auch die Schulmedizin irrt.

In der Zeit, als die Homöopathie entstand, hat man sich eigentlich nur geirrt. Die Medizin irrt sich auch heute noch dem besten Kenntnisstand entgegen. Der Unterschied zur Homöopathie ist aber: Die Schulmedizin zieht für sich selbst Konsequenzen aus diesen Irrtü-

mern. Behandlungsmethoden werden verworfen, wenn sie keine Wirksamkeit zeigen können. Das fehlt bei der Homöopathie.

Aber die Homöopathie wird seit 1810 praktiziert. So lange kann man sich doch nicht irren.

Na ja. Den Aderlass hielt man auch jahrtausendelang für das Nonplusultra. Man muss sich aber vor Augen halten, in welcher Zeit Samuel Hahnemann* die Homöopathie erfunden hat. Ich glaube, er hat damals sehr viel Gutes getan. Vor allem hat er gesagt, dass die menschliche Psyche eine Rolle spielt. Das kann man ihm gar nicht hoch genug anrechnen. Und er hat Praktiken wie Aderlass, Purgieren, Dehydratation und das absichtliche Zufügen von Infektionen bei geschwächten Patienten einfach weggelassen.

Können Sie uns ein Beispiel zu Hahnemanns Wirken nennen?

Zu seiner Zeit gab es eine Choleraepidemie in Europa, während der die Patienten unter schrecklichsten Bedingungen in Krankenhäusern zusammengepfercht wurden. Man hat ihnen kein Wasser gegeben, weil man gedacht hat, wenn es hinten flüssig rauskommt, kippt man oben besser nichts mehr rein. Natürlich sind die Menschen reihenweise verstorben. Hahnemann hat als Erster auf Hygiene geachtet. Hat den Menschen mehr Platz und mehr Zeit geschenkt. Und er hat ihnen Flüssigkeit gegeben. Natürlich haben die Menschen so besser überlebt. Das führen die Homöopathen heute noch als Beweis an. Damals war die Homöopathie wohl wirklich ein Segen. Eine bessere Alternative zur Schulmedizin. Das kann man heute aber einfach nicht mehr so sagen. Die Medizin hat sich so stark weiterentwickelt.

Sie sagen, Homöopathie sei Psychotherapie für Leute, die sich nicht trauen, zum Psychiater zu gehen.

Ja, ich nenne es eine Psychotherapie light. Ich habe als praktizierende Ärztin oft erlebt, dass Patienten – gerade Männer, muss ich sagen – mit einem körperlichen Symptom zu mir kamen, und dann stellte sich heraus, dass es sich um eine Depression handelte oder ein anderes psychisches Leiden, das sich körperlich manifestierte. Ich glaube, es ist leichter, damit zur Homöopathie zu gehen. Und vielleicht ist es auch leichter, seinem Nachbarn zu sagen, dass man wegen Schnupfen oder Asthma hingeht. Und nicht, weil einem etwas auf der Seele lastet. Das ist übrigens ein ganz grosser Vorteil der Homöopathie. Sie stigmatisiert nichts. Sie klassifiziert nicht. Sie fühlt sich für alles zuständig und teilt nicht zwischen Körper und Seele. Das ist durchaus wertvoll.

Wenn nun aber die Homöopathie keine Wirkung, also auch keine Nebenwirkungen haben kann, warum lassen Sie den Leuten dann nicht einfach ihren Glauben?

Weil ich denke, dass die Homöopathie ein ganz konkretes Schadenspotenzial hat. Viele Menschen, die der Homöopathie vertrauen, unterlassen ihretwegen eine wirksame Therapie oder zögern sie zu lange hinaus. Eine weitere Gefahr besteht darin: Wenn man einer irrationalen Theorie wie der Homöopathie glaubt, verfällt man auch eher anderen irrationalen Konzepten, etwa Verschwörungstheorien. Man kommt in ein irrationales Denkmuster und beginnt, irrationale Entscheidungen zu treffen. Etwa sich oder seine Kinder nicht zu impfen. Das ist einfach gefährlich.

Hat diese Haltung auch Einfluss auf die Corona-Pandemie?

Aus Untersuchungen über Verschwörungsideologien wissen wir, dass wer dem einen Irrglauben verfällt, auch leichter dem nächsten anhängt. Homöopathie ist aus meiner Sicht oft der

Einstieg zum Ausstieg aus dem kritischen, dem wissenschaftlichen Denken, und wohin uns das schlimmstenfalls führt, sehen wir nun in der Pandemie. An sich wirksame Methoden werden abgelehnt, wie die Impfungen, andere werden in den Himmel gelobt und bringen längst nicht so viel, wie das Pferdeentwurmungsmittel «Ivermectin» – oder natürlich auch Globuli. Aus anthroposophischen Kreisen, einer der Homöopathie verwandten und noch stärker weltanschaulichen Pseudomethode, kennen wir eine generelle Impfablehnung – nun hat sie neue Nahrung gefunden. Auch der Hass, der Corona-Aufklärenden und -Forschenden entgegenschlägt, ist aus Vor-Pandemiezeiten bekannt: Er hat Wissenschaftsleugnung oder zumindest -ablehnung zur Basis. Wie ernst das Problem ist, sehen manche erst jetzt.

Jetzt gibt es Ihr neues Buch «Was wirklich wirkt». Es ist ein kritischer Blick auf die gesamte Alternativmedizin. Worum geht es Ihnen bei diesem Buch?

Gerade arbeite ich an einer kompletten Überarbeitung meines Buchs. Im Februar 2022 wird es in dritter Auflage erscheinen (im Aufbau Verlag, vorbestellbar ab Mitte November), und dort geht es nun auch um die Abgründe, die sich in dieser Pandemie in der Szene der sogenannten sanften Alternativmedizin aufgetan haben. Und die wir leider schon von vor der Pandemie kennen.

Wie lässt sich Ihr neues Buch zusammenfassen?

Ein ganz kurzes Fazit: Was nicht wirklich wirkt, ist keine Medizin – und auch keine Alternative dazu, selbst wenn es fast schon verzweifelt Attribute wie «sanft, natürlich oder ganzheitlich» bemüht.

* Der deutsche Arzt Samuel Hahnemann begründete Ende des 18. Jahrhunderts die Homöopathie.

Siehe auch www.natalie-grams.de



Foto: © Dorothea Proelle

Natalie Grams-Nobmann arbeitet heute als Ärztin im öffentlichen Gesundheitswesen und als Autorin: Mit ihren Büchern «Homöopathie neu gedacht – Was Patienten wirklich hilft», «Gesundheit! Ein Buch nicht ohne Nebenwirkungen» und zuletzt «Was wirklich wirkt – Kompass durch die Welt der sanften Medizin» engagiert sie sich in der Aufklärung über Homöopathie und Alternativmedizin. Sie schreibt auch regelmässig eine Kolumne für «Spektrum der Wissenschaft». Ehrenamtlich engagiert sich Natalie Grams unter anderem als Vize-Präsidentin des Humanistischen Pressedienstes, als Beirätin der Giordano-Bruno-Stiftung sowie als Mitglied im Wissenschaftsrat der GWUP, der Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung von Parawissenschaften.

Was ist Homöopathie?

Der Homöopathie liegt das Ähnlichkeitsprinzip zugrunde: Ähnliches soll Ähnliches heilen. Erkrankungen werden deshalb mit Substanzen behandelt, die in «normaler» Dosierung jene Symptome – wie beispielsweise Kopfschmerzen – hervorrufen, die sie bekämpfen sollen. Eine Substanz wird aber einer sogenannten Potenzierung (Verdünnung) unterzogen: Sie wird mit Wasser oder Ethanol verschüttelt oder mit Milchezucker verrieben, meist so lange, bis kein Wirkstoff mehr nachweisbar ist.