

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 5: Soweit die Füße tragen : gepflegte Füße, gesunde Beine

**Artikel:** Placebos : alles nur Einbildung?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557796>

### **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:** 02.05.2026

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

## Placebos: Alles nur Einbildung?

Wenn der Mediziner sein Unwesen treibt, denken wir kopfschüttelnd, das kann doch nicht funktionieren! Und doch wurde schon so mancher Wilde aus schwerer Krankheit zurückbefördert ins gesunde Leben. Wir dagegen schlucken brav unsere Pillen und glauben an die Allmacht der Wissenschaft. Dabei sind es oft ähnliche Phänomene, die uns zur Gesundheit erreichen. Die Wirkstoffe der Arzneien jedenfalls stehen bei weitem nicht in allen Fällen hinter unserer Genesung, sondern auch der sogenannte Placeboeffekt, der immer mehr ins Interesse der Mediziner rückt. Was steckt hinter diesem Zauberwort?

Daß Einbildung krank machen kann, das haben wir schon in der Schule von Molière gelernt. Aber daß umgekehrt die Einbildung auch gesund machen kann, das ist eine andere Sache. Wie oft haben sicher auch Sie schon bemerkt, daß im Wartezimmer des Arztes die Beschwerden plötzlich verfliegen und Sie sich auf dem Weg der Besserung befinden! Und trotzdem sind die lästigen Symptome, die uns in die Praxis treiben, keine eingebildeten Wehwehchen, auch wenn nach den Worten von Professor Dr. med. Fahrländer, Uni Basel, «ungefähr die Hälfte der Patienten, die einen allgemeinpraktizierenden Arzt aufsuchen (...), rein psychogene, meist mit Angst belastete, sogenannte funktionelle Beschwerden ohne organischen Befund» aufweisen. Das bedeutet nicht, daß wir uns unser Kranksein nur einbil-

den, weil nichts nachzuweisen ist. Unbestritten ist längst, daß sich psychische Belastungen auf das körperliche Befinden niederschlagen und daraus echte Krankheiten psychosomatischer Natur entstehen können.

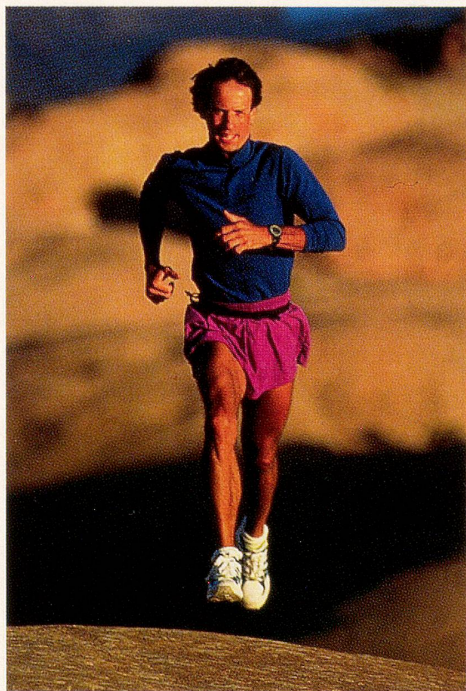
Wenn wir nun aufgrund des Anblicks von Herrn oder Frau Doktor in den Besitz unserer Kräfte zurückkehren, handelt es sich nach Expertenmeinung um einen Placeboeffekt. Wir lassen uns durch ein «Mittel» heilen, das keinerlei nachweisbare Wirkstoffe enthält. Aber nicht allein der Arzt kann dies hervorrufen, sondern auch die Medizin, die er uns verordnet. Bei zirka der Hälfte der Patienten ist es jedoch nicht das Medikament, das hilft, sondern:

- das vertrauensvolle Gespräch mit dem Therapeuten
- das Ernstnehmen der eigenen Befindlichkeit
- die grundlegende Gemütsverfassung des Patienten
- und die Reaktion des Zentralnervensystems, das auf einen Impuls reagiert, anstatt auf die chemische Zusammensetzung einer Pille.

Dieses Phänomen nennt man Placeboeffekt.

Daß die Gemütsverfassung eine Rolle im Genesungsprozeß spielt, kann man sich sicher vorstellen: Eine pessimistische, depri-

Auch bei sportlicher Anstrengung werden Endorphine freigesetzt.



mierte Verfassung wird niemals soviel zur Gesundung beitragen wie eine positive, optimistische Einstellung. Was nun den «Kick» auf das Zentralnervensystem betrifft, so muß man sich vor Augen halten, daß dieses Steuerungssystem auf jede Art von Information und Kommunikation antwortet, indem es biologische Abläufe auslöst. Diese wiederum bedingen das jeweilige Verhalten.

### **Pille ist nicht gleich Pille**

In der Schmerzforschung hat man sich dem Phänomen Placebo besonders intensiv gewidmet. Bei sogenannten Doppelblindstudien verabreicht man einem Teil der Schmerzpatienten, deren Einverständnis vorausgesetzt, Medikamente mit tatsächlich nachweisbaren Wirkstoffen, dem anderen Teil werden Placebos gegeben - aber weder Patienten noch Ärzte wissen, wem was gegeben wurde. Mit hoher Regelmäßigkeit reagieren die Testpersonen zu 30 bis 50 Prozent ebenso auf die wirkstofffreien Placebos wie auf die potenten Schmerzmittel Aspirin und Morphium.

Die Erklärung ist in der Reaktion des Zentralnervensystems auf die Arzneigabe zu sehen, unabhängig von ihrem Wirkstoff: Das Nervensystem gibt dem Körper den Anstoß, selbst schmerzhemmende Mittel auszuschütten (die sogenannten Endorphine). Das Ergebnis ist dann das gleiche wie bei den «echten» Schmerzmitteln. Vielfältige Versuche im Bereich der Schmerzforschung haben gezeigt, daß auch die Art der Placeboverabreichung entscheidend ist: die schmerzhaftere Spritze wirkt besser als die Pille.

### **Nichts geht über Vertrauen**

Der große Vorteil von Placebos: sie sind nebenwirkungsfrei. Erfreulicherweise ist die Palette von Krankheiten breit, bei denen wir von dieser List der Natur profitieren können, freilich nur, wenn wir nichts davon wissen. Dazu zählen z.B. Arthritis, Magen-Darmgeschwüre, psychische Krankheiten, Schmerzzustände. Wenn wir davon wüßten, wäre die Wirkung natürlich dahin, denn was hilft eine Tablette, von der wir wissen, daß sie theoretisch gar nicht helfen kann - und praktisch aber doch?

Die Gegner der Homöopathie geben vor, daß diese Methode mit nichts anderem als dem Placeboeffekt therapiere. Grundlage dieses Vorwurfs ist, daß bei der Wirkungsweise der homöopathischen Mittel noch nicht das letzte Geheimnis gelüftet wurde, was aber noch lange nicht gleichbedeutend mit ihrer «Wirkungslosigkeit» ist. Außerdem schließt die sanfte, biologische Medizin, zu der auch die Homöopathie zählt, zum Glück den ganzen Menschen in die Behandlung ein, wobei Vertrauen und eine gute psychische Verfassung massiv zur Heilung beitragen. Daß die ganzheitliche Sicht den psychosomatischen Krankheiten eher angemessen ist, die immerhin den Hauptteil der Krankheiten ausmachen, ist nicht mehr von der Hand zu weisen. Es geht eben nicht um die Frage nach Schein oder Sein, Placebo oder Chemie, sondern letztendlich allein um die Heilung. ●



Im Rahmen einer Doppelblindstudie erwies sich, daß die Placebo-Wirkung noch stärker ist, wenn nicht einmal der behandelnde Arzt weiß, daß es sich um Placebos handelt.