



// Unternehmensinformation

Placebo  
Was der Placebo Effekt fördert

## Placebo- Was den Placebo Effekt fördert<sup>1</sup>

Bei medizinischen Behandlungen kann das „Drumherum“ den Heilerfolg beeinflussen: das Ambiente der Praxis, das Verhalten des Arztes und die eigene Erwartung. Hier die wichtigsten Faktoren im Überblick.

### Äußere Umstände

#### Ort

Findet die Behandlung in einem Arztzimmer statt, wirkt sie besser als zum Beispiel beim Patienten zu Hause. Ein weißer Kittel kann ebenfalls die Wirkung steigern, sofern der Patient einen solchen in der Vergangenheit bereits mit Heilung assoziiert hat.

#### Medikamente

Markentabletten wirken besser als Generika. Das gilt auch für Placebos: Pillen mit (vermeintlichem) Markennamen sind wirkungsvoller als No-Name-Tabletten.

Teure Medikamente helfen besser als billige. Jedoch treten bei ersteren auch mehr Nebenwirkungen auf (Noceboeffekt), wie eine neue Studie zeigt.

Kapseln sind wirkungsvoller als Tabletten, wobei große Kapseln noch einmal besser wirken als kleine.

Blaue Tabletten beruhigen tendenziell, während rote Tabletten eher anregen.

#### Behandlungsform

Je „invasiver“, desto wirkungsvoller: Injektionen sind effektiver als Tabletten - auch wenn sie keinen Wirkstoff enthalten.

#### Auftreten des Arztes

Ist der Arzt selbst überzeugt von der Behandlung und äußert sich entsprechend, schlägt sie in der Regel besser an.

<sup>1</sup> Quelle: Anna von Hopffgarten ; (2018); in Magazin Gehirn & Geist; 3 Ausgabe, Seiten 18-19.

# MEHR LEBEN IM UNTERNEHMEN

BEWUSSTSEIN SCHAFFEN - KOMMUNIKATION SICHERN - GESUNDHEIT FÖRDERN

---

## // Unternehmensinformation

*Placebo*  
*Was der Placebo Effekt fördert*

---

### **Soziale Aspekte**

Augenkontakt, Stimmlage und Berührungen des Arztes können Vertrauen wecken und ihn kompetenter erscheinen lassen. Wie Studien zeigten, verstärkt das „Kuschelhormon“ Oxytocin, das der Körper in vertrauten Situationen ausschüttet, den Placeboeffekt.

### **Patient**

#### **Charakterliche Eigenheiten**

Menschen mit ausgeglichenem Gemüt sprechen eher auf Placebos gegen Schmerzen an als solche, die sich schnell ärgern. Erstere setzen mehr körpereigene Opioide frei, die das Schmerzempfinden dämpfen.

#### **Genetische Ausstattung**

Wer eine spezielle Version des Gens für die Catechol-O-Methyltransferase (COMT) besitzt, spricht besonders gut auf eine Scheinbehandlung an. Das Enzym ist unter anderem am Dopaminstoffwechsel beteiligt.

#### **Frühere Erfahrungen**

Ebenso wie Pawlows Hund gelernt hat, einen Klingelton mit Futter zu assoziieren, haben die meisten von uns irgendwann einmal die Erfahrung gemacht, dass eine medizinische Behandlung Beschwerden lindert. Daher erwarten wir das auch bei künftigen Therapien. Ein Gutteil des Placebo Effekts basiert also auf Konditionierung.

#### **Positive Emotionen**

Lachen ist die beste Medizin, heißt es im Volksmund. Tatsächlich sorgen „gute“ Gefühle wie Freude und Gelassenheit dafür, dass eine Behandlung eher anschlägt. Deshalb sollten Ärzte für eine möglichst angstfreie „Wohlfühlumgebung“ sorgen.

Foto: iStock