

„Die heilende Wirkung der Lüge“

Artikel von Dr. med. Monika Kisten, Sonnweid Newsletter 2005/1, ungekürzte Version

Pillen und Spritzen wirken auch, wenn sie keine Wirkstoffe enthalten.

Placebo ist ein Sammelbegriff für Scheinmedizin. Es handelt sich um Tabletten ohne Wirkstoff, die bei Patienten dennoch eine Heilung bewirken können. Diesen Effekt nennt man Placeboeffekt.

Das Wort "Placebo" lässt sich aus dem Latein übersetzen mit "Ich werde gefallen". "Placebo" war ein Synonym für Heuchler, Lügner und Intriganten. Ende des 18. Jahrhunderts bürgerte sich der Gebrauch des Terminus für jede Massnahme oder Arznei ein, die der Doktor seinem Patienten zum Zwecke des Zufriedenstellens zuteil werden liess. So verschrieben die Ärzte Brotpillen ("Pillula panis") oder schlichtes Pfefferminzwasser ("Aq. Meth. Pip").

Seit dem die naturwissenschaftliche medizinische Forschung zu Anfang des 20. Jahrhunderts in strengen Experimenten einen Wirksamkeitsnachweis für ein Medikament erbringen muss, stellen sich ihr einige Probleme. Der heutige Standard sind Doppelblindversuche: In der Experimentierphase sollen also weder Ärzte, noch Patienten erfahren, ob im jeweiligen Fall ein echtes Medikament (Verum) oder ein medizinisch unwirksames Medikament (Placebo) verabreicht wird. Erst nachdem sich eine Heilung einstellt oder nicht, wird offenbart, ob es sich bei dem verabreichten Mittel um das Verum oder das Placebo handelte.

Oft war die Überraschung gross, denn es stellte sich beim Patienten eine Heilung ein, obwohl keine wirkliche Medizin (Verum) verabreicht wurde. Die Konsequenz ist klar: Damit werden die Fälle von Heilungen, die bei den Patienten mit echten Medikamenten auftraten, teilweise in Frage gestellt; es könnte sich dort ebenfalls in einigen Fällen um Placebo-Effekte gehandelt haben. Die Heilung durch das zu testende Medikament wird schwer zu beweisen sein.

Beispiel: Ein zu testendes Medikament erzielt zu 50% wirkliche Heilerfolge. Wenn aber das Placebo zu ca. 40% ebenfalls Heilerfolge verbuchen kann, so muss davon ausgegangen werden, dass ein Löwenanteil des Medikamentenerfolges auf das Konto des Placebo-Effektes geht. Konkret mussten die Heilungsmöglichkeiten durch Vitamin E gegen Angina Pectoris, die Beta-Blocker gegen Herzprobleme, die Bypass-Operation zur Entlastung des Herzens und Valium gegen Nervosität sehr stark relativiert werden. Bisherige Erfolgsberichte diesbezüglich müssen wohl zu einem nennenswerten Teil auf Placebo-Effekte zurückgeführt werden. So kommt man zu dem Schluss: Jede Therapie, auch wenn sie kein reines Placebo ist, enthält einen Placebo-Anteil.

Woraus bestehen Placebos?

"Reine" Placebos sind beispielsweise Präparate, die von ihrer "Galenik" (Form, Farbe, Geschmack) her der "richtigen" Droge gleichen, obwohl sie nur aus Leergut (etwa Zucker, Kochsalz etc.) bestehen. Placebo-Tabletten wie auch die echten Medikamente sind von den typischen Hüll-Stoffen umgeben.

Lediglich ein Viertel aller Arzneien, die direkt, also ohne den "Umweg" Arzt, den Besitzer wechseln, haben nach geltender Lehre einen Echt-Effekt. Manche Arzneimittelgruppen (zum Beispiel Mittel gegen das Altern, aber auch die Substanzen der Homöopathie) sind wahrscheinlich nur "placeboaktiv". Doch die Unwirksamkeit gilt wahrscheinlich auch bei den von den Ärzten verschriebenen Medikamenten: "Schätzungsweise 35% - 45% der gegenwärtig ausgeschrieben Medikamenten haben vermutlich keine spezifische Wirkung auf die Erkrankungen, für die sie verordnet werden".

In einigen Fällen werden Placebos auch mit Stoffen versehen, die geringe Nebenwirkungen erzeugen. Diese Nebenwirkungen kommen dem Patienten bekannt vor und er wird verstärkt auf die erhoffte Wirkung reagieren. Asthma-Patienten sprechen erheblich stärker auf (Pseudo-) Placebos an, wenn diese das charakteristische Muskelzittern (Tremor) echter Anti-Asthmatika auslösen. Es wäre also durchaus denkbar, dass (Pseudo-) Placebos, die die Symptome zunächst verschlimmern, als eine gut wirkende Medizin verkauft werden können und auch durch ihre Wirkung überzeugen, wenn diese Nebenwirkung vorhergesagt wird.

Wogegen helfen Placebos und wer setzt sie ein?

Es ist bemerkenswert, dass es nicht nur die kleinen Beschwerden, wie Kopfschmerzen, Magendrücken etc. sind, sondern wirklich alle Krankheiten, bei denen ein Heilungsversuch mit Placebos gelingen kann. Vereinzelt findet sich aber auch der Hinweis, dass die Wirkung von Placebos nicht sehr lange anhält; oft lässt der Effekt nach einigen Wochen nach. Insbesondere bei diesen langfristigen Untersuchungen muss man in der Auswertung aber immer mitberücksichtigen, dass der erzielte Erfolg auch ein ganz normaler Krankheitsverlauf sein könnte.

<i>Positive Placebo-Effekte</i>		
Krankheit	Anzahl der Patienten	Positive Reaktionen
Kopfschmerzen	4'588	61,9%
Rheuma	358	49,0%
Migräne	4'908	32,3%
Psychosen	828	19,0%
Angina Pectoris (Herzschmerz)	346	18,0%

Placebos können also auch bei Organschäden wirken, doch in den meisten Fällen werden sie als Schlaf- und Schmerzmittel eingesetzt. Diese Einschränkung hat auch mit der rechtlichen Situation zu tun

Das Wirkprofil der Placebos

Unter dem Wirkprofil wird die pharmakologische Charakteristik verstanden: Wann und wie wirkt das Medikament? Interessanterweise kommt und geht die Wirkung nach dem gleichen Muster wie bei der Echtarznei.

1. Zeitverhalten: Genauso wie nach der Gabe von Opiaten haben auch Placebos bei Tumorschmerzen nach einer Stunde den maximalen Effekt. Unter beiden Bedingungen verliert er sich binnen eines halben Tages.

2. Die Dosis-Wirkungs-Beziehung entspricht der eines Verums: Zwei Zuckerpillen schlagen stärker an als das Einzelstück.
3. Auch die "zirkadiane Rhythmik", das heisst, Unterschiede in der Wirksamkeit je nach Tageszeit, haben echte und Als-ob-Pharmaka miteinander gemein. Zahnschmerzen etwa lassen nach der Verum-Einnahme am stärksten um 14 Uhr, am wenigsten um 24 Uhr nach. Genauso wie bei dem Placebo.
4. Gewöhnung, Toleranz und Abhängigkeit, Zeichen des sich verringernden Pharmaeffektes, treten in der Placebo-Therapie gleichfalls auf. Patienten etwa, die zwei Wochen lang wegen ihrer Schlaflosigkeit eine als "Hypnotikum" (Schlafmittel) deklarierte Zuckerpille nehmen, benötigen schliesslich die doppelte Menge (Zucker).
5. Placebos haben eine gewisse Blütezeit, nach der die Wirkung nachlässt, nach einer gewissen Euphorie über die Wirksamkeit der neuen "Therapie". Wenn die erste Begeisterung bei Arzt und Patient erst einmal verfliegen ist, reduzieren sich auch die zunächst sehr hohen Ergebnisse von zuerst 90%. Diesen Effekt kennt man auch von den normalen Medikamenten.

Placebos und Nebenwirkungen: Nocebo

Nebenwirkungen sind den Placebo-Benutzern leider nicht fremd, eine Doppelblindstudie hat ergeben, dass Placebos mehr Nebenwirkungen erzeugen, als wirksame Präparate! Diesen Effekt bezeichnet die Medizin als Nocebo. Aus dem Latein übersetzt bedeutet dies "Ich werde schaden". Die auftretenden Symptome decken sich weitgehend mit denen der echten Medikamente. Es treten sowohl rein psychische Nebenwirkungen (etwa Benommenheit, Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Depression und Angst) als auch somatische Symptome (verstopfte Nase, Verstopfung, Mundtrockenheit, Erbrechen und Hautausschläge) auf. Die lethale Placebo-Dosis ist bisher unbekannt (das heisst: Bisher hat sich wohl noch kein Patient durch eine Überdosis von Placebo-Herztabletten umgebracht).

Möchte man als Arzt die Wirkung von Placebos maximieren, so sollte man folgende Punkte beachten:

1. Die Beschaffenheit und Farbe der Placebo-Tabletten: sehr kleine und sehr grosse Tabletten wirken besser als mittelgrosse. Grüne Pillen helfen bei Angstzuständen besser, wohingegen es gelbe eher bei Depressionen tun. Grundsätzlich gilt aber: Wenn die Lieblingsfarbe des Patienten bekannt ist, sollte er Pillen in dieser Farbe bekommen. Patienten mit rheumatischer Arthritis reagieren seltsamerweise besonders auf rote Tabletten. Spritzen wirken besser als Tabletten und besonders das purpurrote Vitamin B-12 als Injektion in das Gesäss wirkt Wunder. Wenn es ein Saft sein soll, sollte er möglichst unangenehm schmecken, damit die Wirkung optimal ist. Als Schlafmittel wirken Placebos in Form von Tabletten in 49% der Fälle, als "Schlaftrunk" zubereitet in 71% der Fälle und als Schlafkapsel in schillernden Farben in 81% der Fälle erfolgreich.
2. Der Name des Placebos: Suggestive Namen (Hallo Wach) oder wissenschaftliche Namen (H3-Quam-Tabletten; CEBOPLAS) schaffen nachweislich mehr Vertrauen.
3. Wenn der behandelnde Arzt selbst "Feuer und Flamme" für eine bestimmte Behandlungsmethode ist, wird sich seine Begeisterung auch auf den Patienten übertragen. Placebos wirken bei kritischen Ärzten schlechter - auch wenn sie ihre Skepsis nicht offen zur Schau tragen. Die Injektion von einem Arzte ist wirksamer als die einer Krankenschwester.
4. Nach neueren Forschungen soll es keine besonderen Patientengruppen geben, die auf Placebos ansprechen. Es gibt also nicht die typische "Placebo-Person". Jeder Patient

hat besonderes Vertrauen in spezielle Bereiche der Medizin, die klassische allopathische Medizin, die alternative, ganzheitliche Medizin oder "Wunderheilungen". Das Vertrauen des Patienten wird (unbewusst) sein eigenes Placebos aussuchen.

Psychologische Erklärung für den medizinischen Placebo-Effekt

Die Gesamtstimmung des Patienten erhellt sich, da er die Hoffnung in sich trägt: "Diese Behandlung wird mir helfen!". Die veränderten Wahrnehmungskanäle öffnen sich neuen Körperempfindungen: Man achtet speziell darauf, was eine Verbesserung der Lage anzeigt. Darüber hinaus werden alle störenden Schmerz-Wahrnehmungen weggefiltert.

Aus diesen Mechanismen folgt nicht, dass der Schmerz wirklich vergangen ist; die Nervenzellen an der verwundeten Stelle feuern nach wie vor, doch der Patient merkt es nicht mehr so stark. An dieser Stelle greift die noch neue Wissenschaft der Psychoneuroimmunologie an. Durch die positive, kämpferische Einstellung des Patienten wird das Immunsystem gestärkt, was dann auch eine physische Heilung erbringen kann.

Ethische Probleme

Juristisch und ethisch sind die Versuche mit Placebos umstritten. Nach den Regeln der Deklaration von Helsinki, die 1964 von der Weltgesundheitsorganisation WHO verabschiedet wurde, gilt für medizinische Versuche am Menschen: "In jeder medizinischen Studie haben alle Patienten das Recht auf die besten, geprüften diagnostischen Verfahren." Die Deklaration verbietet die Anwendung von Placebos immer dann, wenn für eine Krankheit bereits ein als wirksam anerkanntes Medikament existiert. Erhält ein ratsuchender Patient in solchen Fällen nur ein Placebo, könnte das als Vorenthaltung einer wirksamen Therapie und damit nach § 233 des Strafgesetzbuches als vorsätzliche Körperverletzung verfolgt werden.

Doch Placebo-Versuche sind wichtig, weil die effektive Wirksamkeit eines Verfahrens möglichst hoch sein sollte. Um dies nachzuweisen, sind Experimente mit Placebos sehr hilfreich. Problematisch wird ein Plädoyer für Placebos, wenn man von Fällen erfährt, wie zum Beispiel eine Studie im Jahre 1992: In dieser Studie erhielt eine Gruppe die neue Substanz, das Antidepressivum Paroxetin, die andere Gruppe ein Placebo. Die Folge war eine erhöhte Selbstmordrate in der Placebo-Gruppe!

Das Thema Placebo ist sehr umfassend - es konnte nur ein Teil der Aspekte insbesondere im pharmakologischen Bereich angesprochen werden. Doch gibt es auch psychologische und lebenspraktische Placeboeffekte. Die Ehe, sagt der Unverheiratete, ist ein Placebo, da die Sicherheit einer Partnerschaft durch ein Versprechen nicht steigt. Da aber beide Eheleute an die Festigkeit glauben, bleibt die Partnerschaft langfristig stabil.