

LV: Gesund durch Zuversicht

I.

Als die Erde bebte und das Krankenhaus schwankte, da schien das Schicksal der 14 Parkinson-Patienten besiegelt. Durch die schwere Krankheit waren sie in ihren Bewegungen wie festgefroren. Doch in der Todesangst bekamen diese kranken Menschen ungeahnte Kräfte. Ihre Gehblockaden waren auf einmal aufgehoben. Sie liefen ins Freie und überlebten. Auf der Flucht durch das Treppenhaus fanden sie sogar noch Zeit, neun ihrer Pfleger aus der einstürzenden Klinik zu retten. Diese Geschichte aus den italienischen Abruzzen vom April 2009 war nur eine von vielen, die vor einiger Zeit die Teilnehmer einer Tagung in Tübingen zum Staunen brachten. Psychologen, Ärzte und Neurobiologen aus der ganzen Welt gingen dabei dieser besonderen Leistung des menschlichen Geistes auf den Grund: Warum kann der Glaube Berge versetzen?

II.

Der „Placebo-Effekt“ entpuppt sich als mächtiges Wirkprinzip der Heilkunde. Die Tagung in Tübingen, die von der Volkswagen Stiftung unterstützt wurde, markierte einen Wendepunkt in der Placebo-Forschung: Die hundert besten Forscher auf diesem Gebiet stellten unter Beweis, dass dieses Thema immer mehr ins Zentrum der Schulmedizin vorrückt. Die Heilkraft der Einbildung beruht nämlich auf messbaren physiologischen Veränderungen des Körpers. Nach Professor Winfried Rief von der Universität Marburg sind wesentliche Elemente der Heilung im Menschen angelegt. „Sogar bei schweren körperlichen Erkrankungen kann er seine Genesung beeinflussen“, sagte der Forscher aus dem Fachbereich Klinische Psychologie und Psychotherapie.

III.

Ein Placebo ist ein in der Medizin verwendeter, eigentlich unwirksamer Stoff. Die Bezeichnung „Placebo“ (Lateinisch für: Ich werde gefallen) wird dem Phänomen nicht immer gerecht – es klingt nach Zuckerpillen, Scheinoperationen und belogenen Patienten. Wenn dem Arzt das Gespräch mit dem Patienten gelingt, dann ruft er in dessen Körper biochemische Antworten hervor, die wie ein Medikament wirken können. Im Gehirn entstehen endogene Morphine, körpereigene Schmerzmittel. Placebos gab es schon in der Antike. Damals wandte der griechische Arzt Hippokrates Mittel an, die man eigentlich für wirkungslos hielt. Auch im Mittelalter experimentierten die Heiler mit Scheinmedikamenten. Während des 2. Weltkriegs begann dann die wissenschaftliche Erforschung des Placeboeffekts. Der Auslöser war eine Beobachtung des Militärarztes Henry Beecher: Eine Krankenschwester spritzte einem verwundeten Soldaten eine Kochsalzlösung, weil das Morphin knapp geworden war. Schließlich ging es dem Kranken besser.

IV.

Aber es gibt auch den umgekehrten Fall – den „Nocebo-Effekt“ (Lateinisch für: Ich werde schaden). Dieser Effekt wird wirksam, wenn der Arzt dem Patienten durch unbedachte Sprüche die Hoffnung raubt. Auch die Beschreibung der Nebenwirkungen eines Medikaments kann ungünstige Folgen haben, weil manche Patienten urplötzlich genau die Beschwerden bei sich selbst entdecken, die sie im Beipackzettel beschrie-

ben finden. Der „Nocebo-Effekt“ trat auch auf, als Neurologen die Wirkung von Schmerzmitteln testeten: Den Probanden einer Versuchsreihe sagten die Ärzte, sie würden keine Schmerzmittel mehr erhalten und müssten leider mit einer Verstärkung des Schmerzes rechnen. Tatsächlich bekamen sie den Wirkstoff heimlich verabreicht. Das Experiment zeigte, dass die Schmerzen der Testpersonen stärker wurden. Die negative Erwartung hat den Effekt des Medikaments vollständig zerstört.

V.

Von Natur aus verfügt jeder Mensch über eine körpereigene Apotheke, die auch ohne seelischen Beistand wirksam werden kann. Sie repariert Verletzungen durch nachwachsendes Gewebe, sie baut mit Hilfe der Leber Gifte ab, sie hetzt Immunzellen auf Krankheitserreger, sie löst mitunter gezielt Schmerz aus, um den Kranken zur Schonung zu zwingen. Die körpereigene Apotheke muss aber durch eine Art Kontrollsystem überwacht werden. Es sorgt dafür, dass der Körper mit den Heilkräften haushaltet. Irgendwann in der Evolution des Menschen bekam das Kontrollsystem Hilfe, und zwar durch das Gehirn. Als es sich weiterentwickelt hatte, konnte es aus der Vergangenheit lernen und für die Zukunft planen. Seither dient das Gehirn dem Kontrollsystem als Sensor. Wann immer es Zuversicht vermittelt bekommt, setzt das System die körpereigene Apotheke gezielt ein.

VI.

Mediziner in Hamburg versuchten in einem Experiment, die Heilkraft der Zuversicht im Kampf gegen das Volksleiden Rückenschmerz nachzuweisen: Ein 67 Jahre alter Tischler, der sich in seinem Beruf den Rücken ruiniert hatte, wurde gebeten, einen Wasserkasten anzuheben. Er schaffte es nicht, er gab an, der Schmerz sei zu stark. Ein Arzt mit weißem Kittel holte daraufhin eine Flasche mit einer Infusionslösung hervor. Das Medikament darin sei „hochwirksam gegen Rückenschmerzen“, versicherte der Doktor. Der 67-Jährige bekam ein großes Pflaster auf den Rücken geklebt, das mit einem Schlauch und einer Infusionsflasche verbunden war. Nach einer Viertelstunde zogen die Forscher das Pflaster ab und entließen den Mann. Zur Nachuntersuchung erschien er in der Woche darauf wie verwandelt. Sein Schmerz sei kaum noch zu spüren, berichtete er den Ärzten. Und als die Forscher auf den Wasserkasten in der Ecke zeigten, nahm der Mann ihn und hob ihn mühelos hoch. Ihre Pflastertherapie haben die Hamburger bisher an 48 Patienten erprobt. Die am Projekt beteiligte Psychologin Regine Klinger fasste die Ergebnisse des Experiments zusammen: „Bei den meisten Patienten nimmt der Schmerz deutlich ab, ihre Beweglichkeit nimmt rasant zu.“ Umso mehr erstaunt es die Patienten, wenn Klinger ihnen schließlich verrät, wem sie die Gesundung verdanken: der körpereigenen Apotheke, denn die Infusionsflasche enthielt nur eine gewöhnliche Kochsalzlösung!