

Zweischneidige Schwerter

Wie simple Worte das Befinden von Menschen beeinflussen können • Von Nicole Weisheit-Zenz

MAINZ. Placebo- und Nocebo-Effekte klingen kompliziert. Worte können im Körper und im Gehirn einiges in Gang setzen – und so nützen oder schaden, ebenso wie Medikamente.

Durch so was kann man schnell mal ins Jenseits marschieren«, sagt der Arzt im Klinikum locker-lässig zu einem Mann, der abends wegen einer Infektion im Bein Hilfe sucht. Dem bleibt der Mund offen stehen. Den Halbsatz »...wenn es nicht behandelt wird«, der nachplätschert, hört auch seine Frau nur mit halbem Ohr. Der Sohn im Grundschulalter fragt schockiert: »Papa, was ist das Jenseits? Musst du jetzt dort hingehen?«

Vom Nocebo-Effekt hat die Familie bis dahin zwar noch nichts gehört. Nun hat sie eine Ahnung davon bekommen, was gemeint ist: Kleine, unbedachte Äußerungen von Mitmenschen haben mitunter enorme Auswirkungen auf unser Befinden. »Das Wort kann zur Waffe werden«, sagt Klaus Schmiepp-Mendelssohn, Chirurg und langjähriger Vorsitzender des Ethikrates des Katholischen Klinikums Mainz. Er spricht zum Thema »Wenn Worte töten oder heilen. Placebo- und Nocebo-Effekte im Alltag«. Eingeladen hat der Förderverein der Kirche in Mainz-Finthen.



Foto: Nicole Weisheit-Zenz

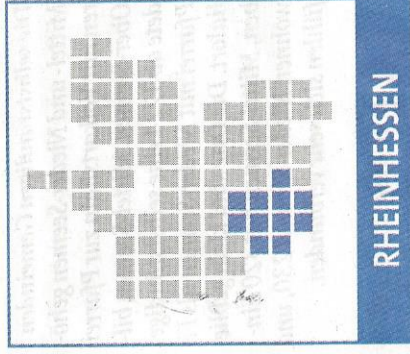
Klaus Schmiepp-Mendelssohn (Mitte) klärt über Placebo- und Nocebo-Effekte in Medizin und Alltag auf.

Placebo ist Latein und bedeutet »Ich werde gefallen«. Meist versteht man darunter ein Medikament, das keinen Wirkstoff enthält, aber trotzdem wirkt. Kein eingebildeter Effekt, sondern im Gehirn messbar. Der Körper ist in der Lage, eigene Schmerzmittel zu produzieren. Umgekehrt können auch unwirksame Stoffe negative Wirkungen haben. Möglich sind placebo- oder nocebo-ähnliche (»Ich werde schaden«) Effekte, auch unabhängig von Tabletten und Tropfen – durch Geräusche, Gerüche, Mimik, Gestik und Körperhaltungen.

Oft seien es Worte, die Bilder im Kopf entstehen lassen, sagt Schmiepp-Mendelssohn. Diese

Fluch Unheil heraufbeschworen, für Angst und Misstrauen anderen gegenüber sorgen – bis hin zum Gefühl, von Gott und der Welt verlassen zu sein«, erklärt Schmiepp-Mendelssohn und ist sich sicher: »Negative Suggestionen können sogar Jahrzehnte nachwirken.« Das kann ein Lehrer sein, der einem Schüler mit auf den Weg gibt, dass aus ihm nie etwas wird. Der Gemeinde könne dann in Resignation und Depression versinken.

Man solle Wörter meiden, die Furcht auslösen, selbst wenn sie verneint werden wie »Keine Angst« oder »Es tut nicht weh«. Denn »nicht« oder »keine« werde oft überhört. Die Frage, ob der Vater »auch an Lungenkrebs« verstorben sei, lasse einen Patienten nicht unbedingt hoffnungsfroh in die Zukunft blicken, sagt der Chirurg. Ein zweischneidiges Schwert sind auch Beipackzettel: Lesen sich Patienten die möglichen Risiken und Nebenwirkungen gründlich durch, nehmen sie die Medikamente mitunter nicht mehr. Auch gut gemeinte Krankensalbungen vor Operationen sieht Schmiepp-Mendelssohn kritisch. Die »letzte Ölung«, wie sie umgangssprachlich heißt, erhöhe oft die Angst. Ob Arzt, Pfarrer oder auch privat: Bevor man sich äußert, sollte man die eigenen Worte mit Bedacht wählen.



RHEINHESSEN

Zuständig: Nils Sandrissler (nis)
Telefon 069/921 07-445
n.sandrissler@ev-medienhaus.de