Placebos helfen auch bei transparenter Aufklärung

Auch Medikamente ohne Wirkstoff können Beschwerden lindern – selbst dann, wenn Patient*innen wissen, dass es sich um ein Placebo handelt. Das zeigt eine internationale Metaanalyse unter Federführung des Universitätsklinikums Freiburg, die am 15. August 2025 im Fachjournal Scientific Reports erschienen ist. Ausgewertet wurden 60 klinische und experimentelle Studien mit insgesamt 4648 Teilnehmenden. Das Ergebnis: Sogenannte offene Placebos, die klar als wirkstofffrei bezeichnet werden, können Schmerzen, Erschöpfung oder depressive Symptome spürbar bessern. Der positive Effekt war tendenziell größer, wenn die Patient*innen zuvor umfassend über die möglichen Wirkungen von Placebos informiert wurden.

„Unsere Analyse weist mittels einer großen Anzahl unterschiedlicher Studien nach, dass die Verabreichung offener Placebos eine wirksame Intervention in verschiedenen Bereichen darstellen können. Offensichtlich ist bereits der Prozess der Verabreichung und Einnahme eines Medikamentes selbst ein wirksames medizinisches Ritual“, sagt Studienleiter Prof. Dr. Stefan Schmidt, Forschungsprofessor in der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg.

Wirkung ohne Wirkstoff

Im Gegensatz zu herkömmlichen Placebos, bei denen Patient*innen nicht wissen, dass sie ein Scheinmedikament erhalten, werden offene Placebos bewusst als solche deklariert. Die Analyse zeigt nun: Bereits die Verabreichung eines Mittels mit der transparenten Information, dass es sich um ein Placebo handelt, kann ausreichen, um Beschwerden zu lindern. Besonders deutlich fiel der Effekt bei Symptomen aus, die subjektiv eingeschätzt werden – etwa Schmerzen oder Erschöpfung. Vermutlich spielt aber nicht nur die Einnahme, sondern auch die entsprechende Information eine wichtige Rolle. Studien, in denen die Wirkweise von Placebos ausführlich und verständlich erklärt wurde, erbrachten tendenziell stärkere Effekte als solche ohne Information.

Kein signifikanter Effekt bei objektiven Gesundheitswerten

Bei objektiv messbaren Parametern wie Blutwerten, Schlafdaten oder Lungenfunktion zeigte sich in den ausgewerteten Studien bislang kein signifikanter Effekt. Ob sich bei längerer Anwendung auch Veränderungen in biologischen Messgrößen zeigen, ist bisher noch offen. Unabhängig war der Effekt jedoch von der Darreichungsform: Sowohl Tabletten als auch Tropfen oder Sprays erzielten vergleichbare Ergebnisse.

„Unsere Ergebnisse bestärken uns darin, offene Placebos weiter zu erforschen – insbesondere ihre langfristige Wirkung und die Frage, ob sie sich auch auf objektive Gesundheitsparameter auswirken“, sagt Schmidt. „Zukünftig könnte daraus ein neuer, ethisch verantwortlicher Behandlungsansatz entstehen, denn wir können nun wirksame Placebos ohne Täuschung verabreichen.“

Publikation:
Effects of open-label placebos across outcomes and populations: An updated systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials
DOI: 10.1038/s41598-025-14895-z

Pressemitteilung

09.09.2025
Quelle: Universitätsklinikum Freiburg

Weitere Informationen

- Universitätsklinikum Freiburg