

Inhaltsverzeichnis

Vorwort9

1 Einige Fakten vorweg 13

1.1 Alternativmedizin..... 13

Was ist Alternativmedizin?13

Was sind die Charakteristika der Alternativmedizin?14

Warum ist Alternativmedizin so beliebt?17

Für welche Erkrankungen wird Alternativmedizin eingesetzt?20

Trugschlüsse20

Die Risiken alternativmedizinischer Verfahren22

1.2 Evidenz und ihre Bedeutung 23

Erfahrung ist notorisch unzuverlässig23

Klinische Studien24

Systematische Übersichtsarbeiten.....26

Warum ist Evidenz wichtig?26

Fazit28

2 Wer heilt, hat recht – oder vielleicht doch nicht? 29

2.1 Der konkrete Fall29

Patienten können auch ohne Behandlung wieder gesund werden29

Der Placebo-Effekt.....30

Polypragmasie.....31

Der gesunde Patient32

Fazit34

2.2	„Wer heilt, hat recht“ — eine Weisheit von Hippokrates, Paracelsus oder Hahnemann?.....	35
2.3	Was genau impliziert der Satz?	38
	Das wichtigste in der Medizin ist, dem Patienten zu helfen.....	39
	Erfahrung ist bedeutender als Evidenz	39
	Wer der Behandler ist, spielt keine Rolle	41
	Die Natur der Behandlung ist unbedeutend.....	42
2.4	Hat derjenige, der nicht heilt, dann vielleicht unrecht?.....	44
	Der unheilbar kranke Patient	44
	Die chronisch kranke Patientin	44
	Der Patient ohne Beschwerden	45
2.5	Korrelation bedeutet nicht Kausalität.....	47
2.6	Wirkmechanismus versus Wirksamkeit	51
2.7	Warum ist der Spruch so schwer zu widerlegen?.....	56
	Unwissen.....	56
	Wir alle lieben einfache Erklärungen.....	56
	Dunning-Kruger Effekt	57
	Wissenschaftsfeindlichkeit.....	58
	Anti-Establishment	58
	Konspiratorisches Denken	58
	Misstrauen.....	59
	Fehlinformation.....	59
2.8	Ein rein deutsches Phänomen?	62
3	Und was soll da überhaupt geheilt werden?	65
3.1	Krankheiten?	65
3.2	Symptome?.....	69
3.3	Das Bankkonto der Behandler?.....	73

4	Beispiele beliebter alternativmedizinischer Verfahren..	77
4.1	Homöopathie	77
	Geschichtlicher Abriss	77
	Was ist Homöopathie?	79
	Was besagt die Evidenz?.....	81
	Ist die Homöopathie unbedenklich?.....	84
	Fazit	85
4.2	Schüßler-Salze	86
4.3	Bach-Blüten.....	89
4.4	Anthroposophische Medizin	93
4.5	Osteopathie.....	97
4.6	Pflanzenheilkunde	101
4.7	Was hat die Alternativmedizin sonst noch zu bieten?	105
5	Was also sind die Faktoren, die eine Heilung oder Besserung bewirken können?	109
5.1	Placebo	109
5.2	Die Naturgeschichte der Erkrankung	112
5.3	Regression zur Mitte	116
5.4	Die Beziehung zum Behandler.....	119
5.5	Konventionelle Behandlungen	122
5.6	Trügerische Diagnostik	124
6	Die Risiken der Alternativmedizin.....	129
6.1	Direkte Risiken.....	130
6.2	Indirekte Risiken	135
	Überzogene Heilsversprechen	135
	Gefährliche Beratung.....	136
	Das Überschätzen der eigenen Fähigkeiten	137

Unnötige Behandlungen.....	139
Negation der Evidenz.....	139
Fazit	140
6.3 Weitere Gefahren.....	141
Medikalisierung von Trivialitäten	141
Verteufelung der konventionellen Medizin.....	141
Unterminierung des rationalen Denkens.....	142
Unnötige Kosten	143
Fazit	144
7 Heilpraktiker oder Arzt für Integrative Medizin?.....	145
7.1 Heilpraktiker.....	145
7.2 Arzt für Integrative Medizin	150
Integrative Medizin im Praxisalltag.....	152
8 Schlusswort	155