

Inhalt

Einleitung	9
Ungünstige Prognosen schlecht verpackt	14
Patienten berichten	20
Warum Angehörige und Freunde Hoffnung zerstören	24
Der versprochene Tod – ein grausames Nocebo-Phänomen	33
Voodoo-Tod	34
Placebo – Nocebo – ist was?	42
Das Placebo	43
Der Placebo-Effekt	45
Die Placebo-Analgesie	49
Der Nocebo-Effekt	52
Suggestionen – Die Macht der Worte	60
Kommunikation in der Medizin	64
Direkte Negativsuggestionen	91
Positive Suggestionen	95
Vertrauen befeuert Placebo-Effekte	105
Auf ein Wort	107
Die ausgestreckte Hand – nonverbale Kommunikation	114
Ohne einfühlsame Mediziner keine Placebo-Effekte	119

Placebo-Effekte als Teil des Therapieerfolgs	124
Die Herzflüsterer	127
Placebos senken den Blutdruck	131
Selbst der Magen reagiert auf Placebos	133
Auch Parkinsonpatienten profitieren von Placebo-Effekten	135
Ein gereizter Darm reagiert sogar auf »offene« Placebos	140
Verbesserte Wirkung von Migränepräparaten	143
Ausgeschlafen durch Placebos	145
Geht es auch ohne Placebos?	151
Schmerzen mögen keine Placebos	158
Schmerz ist eine lange Kette von Signalen	162
Die körpereigene Schmerzapotheke	166
Weniger Schmerzen in der Sippe	174
Schmerzen anders und neu bewerten	179
Die Psychologie des Placebo-Effekts	191
Wenn das Glöckchen klingelt, gibt es Futter	192
Die konditionierte Immunantwort	195
Was nichts kostet, ist nichts wert	204
Teure Zuckerpillen wirken besser als billige	209
Professoren haben das größere Placebo-Potential?	213
Je schmerzhafter, desto wirksamer?	215
Andere Zeiten, andere (Placebo-)Werte	218
Wie schaffe ich mir meine eigenen Placebo-Effekte?	221
Innere Bilder können Placebo-Effekte schaffen	223
Entspannung ist immer gut	228
Nocebos lauern überall	235

Wie viel Placebo ist zulässig?	243
Literaturempfehlungen	251
Dank	253