

Inhalt

1 Einführung: Viel Verwirrung um ein Wort	7
Anomalie – Kontrollgröße – Kampfbegriff 7 • Die älteste	
Heilweise der Welt 12 • Der erweiterte Blick – das Ende des	
Verwirrspiels 15 • Ein neuer Begriff – ein neues Narrativ 19 •	
Aktualität und Relevanz der Placebo-Thematik 23 •	
2 Die folgenreiche Geschichte eines Wortes.....	25
Wörter erzählen Geschichten 25 • Von der Liturgie über die	
Abwertung im allgemeinen Sprachgebrauch bis zur Sprache	
der Medizin 26 • Das Wort Placebo im Deutschen und im	
Englischen 31 • Placebo-Phänomene in der Geschichte der	
Heilkunde 35 • Vom vergessenen Phänomen zum „Placebo	
der Moderne“ 38 • Die Entdeckung und Konstruktion des	
Placebo-Effekts 41 • Superplacebo, Placeboist, Placebo 2.0 45	
• Zusammenfassung 47	
3 Placebo-Phänomene als Gegenstand der Forschung	49
Placebo-Forschung in der Medizin 49 • Die Anfänge	
wissenschaftlicher Studien und die Idee des Placebos 51 •	
Einfluss der Psyche auf körperliche Behandlungen 55 •	
Der Placebo-Effekt außerhalb der Medizin 59	
4 Wissenswertes über Placebo-Effekte.....	63
Placebo-Effekte in der Medizin 66 • Placebo-Effekt, Placebo-	
Reaktion, Placebo 2.0 oder einfach Selbstheilung? 66 •	
Die messbare physiologische Realität des Placebo-Effekts	
72 • Unser Körper und die Außen- und Innenwelt: Kontexte	
und Lebenswelten – Erwartung, Lernen und Bedeutung 76 •	
Wirkungsvolle Scheinoperationen – Placebos in der Chirurgie 80	

Placebo by Proxy oder das soziale Placebo 86 • Kinder und Placebo-by-proxy 89 • Placebo-Effekte durch Beobachtung anderer erlernen? 90 • Placebo-Effekte bei Tieren 92 • Placebo-by-proxy und das Wohlbefinden unserer Tiere 96	
5 Erstaunliches rund um das Phänomen Schmerzen:	
Placebo-Analgesie	99
Placebo-Effekte und Schmerzen 100 • Placebo-Analgesie: Die „innere Apotheke“ bei Schmerzen 102 • Schmerzen: Ein Phänomen des Bewusstseins 105 • Schmerzlinderung durch Branding, Glauben und Händehalten 108 • Wirkmechanismen der Placebo-Analgesie 111 • Das Potenzial der Placebo- Analgesie 117	
6 Der böse Bruder des Placebos: Nocebo.....	119
Ein neues Wort und noch mehr Verwirrung 120 • Das Nocebo- Phänomen im medizinischen Alltag und außerhalb der Medizin 124 • Der Begriff Nocebo-Effekt: Formen und Typen 131 • Merkmale von Nocebo-Effekten 134 • Die Konstruktion von Krankheit und Leid 136 • Kann man vor lauter Angst sterben? 139 • Können uns bloße Informationen Schaden zufügen? 141 • Die Brisanz des Nocebo-Phänomens 146	
7 Ein neuer Begriff und ein neues Narrativ:	
Der Valebo-Effekt	149
Eine Geschichte aus dem Alten Ägypten 149 • Placebo: Ein irreführender Begriff 151 • Die Rückbesinnung auf die Kraft der Selbstheilung 155 • Ein kleiner Exkurs zur Selbstregulation außerhalb der Medizin 160 • Die Macht der Vorstellung: Imagination 161 • Der Valebo-Effekt: Experte in eigener Sache 166 • Den Placebo-Schleier lüften? 170 • Sich nicht durch Kontexte schaffen lassen, sondern Kontexte selber schaffen 173	
Literaturverzeichnis	175