

Glauben und Globuli

Die Homöopathie wird leidenschaftlich geschmäht und geliebt. Was die Schulmedizin von ihr lernen kann



© Frank Rumpenhorst/dpa

Schränken voll mit Globuli: Blick auf die homöopathischen Mittelchen einer Heilpraktikerin

Vertrauen. Vielleicht muss man zunächst einmal von Vertrauen erzählen, wenn man **das Erfolgsgeheimnis der Homöopathie ergründen möchte**. Wenn Vera Bode (*Name geändert*) vor ihrer Ärztin und Homöopathin Jutta Hübner sitzt, ist das Vertrauen der Patientin fast körperlich spürbar. Die beiden kennen sich schon lange Jahre, und Bode, eine selbstbewusste Frau Anfang 50, weiß, dass ihrer Ärztin all ihre Gesundheitsprobleme vertraut sind. Wenn die beiden miteinander reden, erinnert das eher an ein Gespräch unter Freundinnen als an das übliche Ritual im Sprechzimmer.

Gewöhnliche Hausärzte sind meist ebenso gehetzt wie ihre Patienten. Sie fragen eilig Symptome ab, tippen nebenbei die Diagnose in ihren Computer und drucken kurz darauf ein Rezept aus. Im Schnitt ist die Konsultation, wie Studien zeigen, nach 7,6 Minuten beendet – damit zählen deutsche Arzt-Patienten-Kontakte zu den kürzesten in ganz Europa. Dass da wenig Vertrauen aufkommen kann, liegt auf der Hand.

Im Behandlungszimmer von Jutta Hübner gibt es keinen Computer, stattdessen liegt auf ihrem Schreibtisch ein großes, dickes Buch, aufgestützt auf einen kleinen Ständer. Intensiv hört Hübner ihrer Patientin zu, schreibt mit, stellt die richtigen Fragen an der richtigen Stelle. Eine Erstanamnese, das erste Gespräch einer Behandlung, kann so leicht zwei bis drei Stunden dauern. In ihrem Buch findet Hübner das richtige Mittel für ihre Patientin: eine Substanz, die nicht nur gegen die Blasenentzündung helfen soll und gegen die Schmerzen im Mund, sondern die auch zu Bodes individueller Situation passt; dazu, dass sie gerade im Urlaub war, zu dem, was sie da gegessen hat, wann und wo die ersten Symptome aufgetreten sind.

Außerdem wird es mit genauesten Anweisungen verordnet: »Bitte einmal drei Kügelchen in einem Glas Wasser auflösen und über den Tag verteilt schluckweise trinken. Machen Sie das fünf Tage lang. Und in zwei Tagen rufen Sie bitte an und erzählen, wie es Ihnen geht!« »Soll ich es morgens verrühren und etwas trinken und dann abends den Rest?« – »Nein, besser ist es, wenn Sie es mit ins Büro nehmen und über den Tag verteilt einnehmen.«

Die Szene zeigt, wie ein Arzt Vertrauen erwerben und die Beziehung zum Patienten stärken kann: sich Zeit nehmen, zuhören und das Gefühl vermitteln, die Therapie sei ganz persönlich zugeschnitten. So trägt bereits die Interaktion im Sprechzimmer zur Genesung bei.

Die Szene macht aber auch deutlich, wie in deutschen Praxen die Chancen auf Heilung häufig gemindert werden. »Manche Ärzte sind so im Dauerstress, die schauen ja kaum noch von ihren Bildschirmen auf«, sagt Jörg-Dietrich Hoppe, Präsident der Bundesärztekammer. »Wie soll da ein Patient den einen Arzt vom anderen unterscheiden können?«

Diese Art der Medizin hat bei vielen Menschen das Vertrauen verloren. Stattdessen **wenden sich die Patienten zunehmend alternativen Methoden zu**, besonders der Homöopathie: Hatten sich 2004 erst 38 Prozent der Deutschen schon einmal homöopathischer Mittel bedient, waren es einer **Allensbach-Studie** zufolge fünf Jahre später schon 53 Prozent. Jeder Vierte soll gar aus Überzeugung zum Homöopathen gehen. Die Mediziner halten Schritt: 2002 gab es 4517 berufstätige Ärztinnen und Ärzte mit der Zusatzweiterbildung Homöopathie, Ende 2009 schon 5834. Selbst Krankenkassen setzen mittlerweile auf die Globuli-Methode und bieten sie als Leistung an – nicht nur weil sie ihnen neue Mitglieder zutreibt, sondern auch weil sie helfen soll, Ausgaben zu sparen.

Wissenschaftlich arbeitende Mediziner sehen diesen Trend mit Grausen. Für sie ist die Homöopathie nichts anderes als Hokuspokus, ein gefährlicher Irrglaube, wenn nicht gar vorsätzliche Täuschung. Sie verweisen auf eine eindeutige Datenlage: Mittlerweile widerlegt eine Vielzahl seriöser Studien, dass die kleinen, weißen Kügelchen wirken. »Je dünner die Evidenz für Homöopathie wird, desto populärer scheint sie zu werden«, staunten die Herausgeber der renommierten Medizinzeitschrift *Lancet* schon vor fünf Jahren. Es ist ja auch paradox.

Rolf Verres, Ärztlicher Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie am Universitätsklinikum Heidelberg, findet: Bei aller berechtigten Kritik müssten die Schulmediziner »sich eigentlich fragen: Warum laufen uns denn so viele Patienten weg und gehen zum Homöopathen? Was ist denn unser eigener Anteil daran?« Verres' Überlegung lässt sich noch weiter treiben: Kann die sogenannte Schulmedizin vielleicht etwas von den homöopathischen Ärzten lernen?

Um diese Frage zu beantworten, sollte man sich zunächst einmal anschauen, was es denn genau ist, das so viele Menschen anzieht. Die Homöopathie, die Ende des 18. Jahrhunderts von dem deutschen Arzt Samuel Hahnemann erfunden wurde, gründet auf zwei grundlegenden Regeln. Zum einen wird Ähnliches durch Ähnliches behandelt (*»similia similibus curentur«*): Ein homöopathisches Mittel

sei dann das Richtige, wenn es bei gesunden Menschen ähnliche Symptome hervorruft wie eine Krankheit beim Patienten. Zum anderen werden diese Mittel »potenziert«, wie es Hahnemann nannte. Allerdings geht es um das Gegenteil der üblichen Wortbedeutung: Beim homöopathischen Potenzieren werden die Wirkstoffe verdünnt – und zwar fast bis ins Unendliche. Tatsächlich sind sie meist so stark verwässert, dass nachweislich kein einziges Molekül des vermeintlichen Wirkstoffes mehr enthalten ist. Das wirft zwangsläufig die Frage auf: Wie soll ein nicht existenter Wirkstoff gegen Rückenschmerzen, Asthma oder eine Erkältung helfen?

Anhänger der Homöopathie verweisen an dieser Stelle auf eine Art »Gedächtnis« des Wassers, das die wesentlichen Informationen der Ausgangssubstanz speichert und den Zellen des Patienten übermitteln soll. Dass die Naturwissenschaft trotz umfangreicher Studien in den vergangenen Jahren keinen Hinweis darauf gefunden hat, werten überzeugte Homöopathen nicht als Gegenargument – sondern schlicht als Beleg für die Unzulänglichkeit der wissenschaftlichen Methodik.

Aber gibt es wirklich nur die **Wahl zwischen Homöopathie oder Wissenschaft**? Ist der Glaube an die Globuli aus rationaler Perspektive völlig unzugänglich? Die überraschende Antwort: nicht unbedingt. Denn auch wenn die verdünnten Medikamente nicht im naturwissenschaftlich-materiellen Sinne wirksam werden, kann die homöopathische Behandlungsmethode doch eine Wirkung entfalten. Dafür sind vor allem zwei Dinge verantwortlich: der Zufall und die Erwartungshaltung der Patienten.

Hinter dem Zufall steckt, was Mediziner »Spontanbesserung« nennen. Viele Krankheiten und Beschwerden werden nämlich von ganz allein besser – egal, ob ein Homöopath oder Schulmediziner etwas dagegen unternimmt oder niemand. Alternativmediziner profitieren besonders von diesem Phänomen, denn viele Menschen kommen erst nach diversen Arztbesuchen zum Homöopathen, dann nämlich, wenn wirklich kein Schulmediziner mehr helfen konnte. Häufig ist das dann zufällig zu jenem Zeitpunkt, an dem die Beschwerden ohnehin besser geworden wären. Rückenschmerzen etwa vergehen bei 90 Prozent aller Betroffenen binnen zwei Monaten ganz von allein.

»Es ist menschlich, dass man bei zwei Ereignissen, die zur selben Zeit passieren, einen Zusammenhang vermutet. Dagegen können sich auch rationale Menschen nicht wehren«, sagt Krista Federspiel, Mitautorin des Buches *Die andere Medizin*, in dem sie für die Stiftung Warentest alternative Therapien bewertet hat.

Der zweite, wohl noch wichtigere Erfolgsfaktor ist die Erwartungshaltung der Patienten. Allein der Glaube daran, wirksam behandelt zu werden, führt oft zu einem messbaren Effekt. Der ist auch in der Schulmedizin manchmal sehr eindrucksvoll. So implantierten schwedische Forscher Patienten mit einer Herzmuskelschwäche einen Schrittmacher, schalteten diesen aber nur bei einem der Teil der Probanden an. Erstaunlicherweise kam es auch bei denjenigen zu einer Besserung, deren Herzschrittmacher ausgeschaltet blieb. Die Erwartung, dass ihnen geholfen würde, hatte ihre Krankheit gelindert. Sie fühlten sich nicht einfach nur besser, nein: Wie die Ärzte maßen, funktionierte das Herz tatsächlich besser – allerdings nicht ganz so gut wie bei den anderen.

Für gewöhnlich werden solche Wirkungen mit dem Schlagwort »Placebo-Effekt« belegt, das die **unspezifische Wirkung einer Scheinbehandlung** bezeichnet. Der negative Beigeschmack, der lange an diesem Begriff haftete, ist in den vergangenen Jahren zusehends verschwunden. Denn inzwischen können Hirnforscher mit modernen bildgebenden Verfahren die Mechanismen der Placebowirkung immer besser nachweisen; zugleich hat sich gezeigt, wie komplex das Phänomen ist, zu dem all jene geistig-psychischen Effekte beitragen, die bei jeder medizinischen Behandlung (auch bei einer schulmedizinischen) mitschwingen.

Placeboforscher wissen zum Beispiel, dass neben dem Wirkstoff ebenso das Aussehen und die Verabreichung eines Medikaments eine wichtige Rolle spielen: Rote Tabletten wirken stärker als weiße, vier Pillen mehr als nur zwei – auch wenn damit identische Dosen verabreicht werden. Experten schätzen mittlerweile, dass 20 bis 50 Prozent *jeder* Medikamentenwirkung auf dem Placebo-Effekt beruhen.

Ebenso wirkt das Verhalten des Arztes selbst als ein Therapeutikum: Der Placebo-Effekt ist nachweislich umso ausgeprägter, je stärker der verabreichende Mediziner an die Wirksamkeit seiner Methode glaubt – und je mehr ihm der Patient vertraut. Selbst die begütigende Auskunft eines Arztes, er wisse genau, woran der Patient leide, ist schon hilfreich. Denn damit wird eine positive Erwartungshaltung gefördert, die bereits im Sprechzimmer die Biochemie im Patientenhirn verändert: Die feste Überzeugung, geheilt zu werden, führt zur Ausschüttung neurobiologischer Botenstoffe; diese Signale leitet wiederum das Nervensystem weiter an den Körper, wo sie häufig genau jene physiologischen Wirkungen in Gang setzen, die der Patient antizipiert hat – eine Art neuronaler Selffulfilling Prophecy.

Und homöopathisch arbeitende Ärzte sind geradezu Meister darin, solche Erwartungseffekte auszureizen. Es beginnt schon damit, dass der Patient für seine Therapie meist selbst in die Tasche greifen muss (noch ein Placebo-Effekt: Teure Medikamente wirken stärker als kostengünstige). Auch die Zeit, die sich viele homöopathische Ärzte nehmen, ist hilfreich.

»Bei der Homöopathie ist die vertrauensbildende Maßnahme die Anamnese«, diagnostiziert der Ärztekammerpräsident Hoppe. »Die hat mehr Wirkung als jedes Medikament, das die Homöopathen verwenden.« Und er kritisiert die eigene Zunft: Im üblichen Medizinbetrieb fehle dazu oft nicht nur die Zeit; zudem komme es »nicht selten zu einer verkehrten Folge: Erst den Patienten röntgen, dann Blutuntersuchungen, und wenn dann die Diagnose noch immer nicht feststeht, fragt man den Patienten, an welchen Beschwerden er leidet, und untersucht ihn.« Ärztliche Kunst müsse »eigentlich den anderen Weg« gehen. Also: erst reden, dann untersuchen.

Dass die Hinwendung zur Homöopathie eine tiefe Unzufriedenheit mit dem bestehenden Gesundheitssystem widerspiegelt, glaubt auch Edzard Ernst, einer der renommiertesten Experten für Alternativmedizin. »Die Popularität der Alternativheiler begründet sich zu einem Großteil durch Kritik am schlechten Verhältnis zwischen Schulmediziner und Patient«, sagt der Mediziner, der in Großbritannien an den Universities of Exeter & Plymouth forscht. Das zeige sich auch in Untersuchungen: »Viele Menschen, die zu einem Alternativmediziner gehen, erwarten gar nicht, dass das Mittel effektiv ist, sondern die erwarten menschlichen Kontakt, Empathie, Sympathie, Verständnis und einfach jemanden, der Zeit hat, zuzuhören.«

Auf dieser Ebene kann also die Schulmedizin durchaus vom Erfolg der Homöopathie lernen. »Mehr Nähe, mehr Zuneigung, mehr unmittelbare Kommunikation von Mensch zu Mensch, von Auge zu Auge«, fordert der Heidelberger Medizinspsychologe Verres. Anders ausgedrückt: Wenn Schulmediziner ihre Patienten im Fünfminutentakt durch die Behandlungszimmer schleusen und ihnen nur wenig Aufmerksamkeit widmen, verschenken sie einen wesentlichen Teil ihrer therapeutischen Wirkung. Und das kann man ihnen noch nicht einmal anlasten: Die Abrechnungsregeln unseres Gesundheitssystems zwingen sie zum Schnelldurchlauf, für ausführliche Patientengespräche gibt es kein Geld.

Ein grundsätzliches Umdenken fordert Hoppe. Der Patient müsse »wieder ernster genommen werden«, und zwar schon im Studium. »Ich glaube, wir müssen wieder mehr den Patienten als Menschen in den Fokus der Medizinerbildung rücken und nicht zu sehr den Patienten als Träger einer Krankheit.« Neben medizinischem Wissen brauchten die Studenten vor allem Empathie.

Lässt sich mit all diesen Faktenerwägungen die Popularität der Homöopathie erschöpfend erklären? Vermutlich nicht. Es muss noch etwas anderes geben, das die Menschen scharenweise – geradezu magisch – anzieht. Gerade »das Geheimnisvolle, das eigentlich keiner richtig erklären kann, wie sie wirken soll«, sei ein Erfolgsfaktor der Homöopathie, ist Rolf Verres überzeugt. Stiftung-Warentest-Autorin Krista Federspiel sieht in dem »magischen und spirituellen Touch« eine Stärke, denn genau diese Dimension fehle der Schulmedizin. Für

Federspiel ist die **Homöopathie sogar ein Glaubenssystem**: »Viele Menschen, vor allem die mit größerer Distanz zur Religion, finden in der Homöopathie einen Glaubensersatz.« Es fiel leicht, darüber einfach zu spotten. Aber man dürfe das nicht abwerten, meint Verres: »Es ist intelligent, eine spirituelle Dimension im Leben zu sehen.«

Den Patienten ist es im Zweifel egal, *warum* die Homöopathie ihnen hilft. Gilt nicht: Wer heilt, hat recht? Doch was bedeutet »Heilung«? Verschwinden die quälenden Rückenschmerzen nach der Globuli-Gabe tatsächlich – oder *fühlt* sich der Patient einfach nur besser? In vielen Fällen ist diese Unterscheidung gar nicht so einfach, denn gerade Schmerzerkrankungen enthalten oft eine starke psychosomatische Komponente. Wer ständig in sich hineinhört **und seinen Schmerzen Aufmerksamkeit entgegenbringt**, verschlimmert sie gerade dadurch möglicherweise noch; wer sich dagegen entspannt und auf eine Linderung einstellt, schafft so erst die Voraussetzungen für mehr Wohlbefinden. Allerdings stellt Rolf Verres auch klar: »Symptomlinderung kann zwar ein Zeichen beginnender Heilung sein, darf aber nicht mit Heilung verwechselt werden.« Bei schwerwiegenden Krankheiten kann es geradezu tödlich sein, ihnen mit positiver Erwartung zu begegnen und eine schulmedizinische Therapie zu unterlassen. Deshalb sollte ein guter Homöopath stets wissen, wann er einen Patienten zum Facharzt schicken muss.

Tatsächlich ist der Heilungseffekt der Globuli äußerst dürftig. »Die Datenlage nach 200 Jahren Homöopathie und etwa 200 klinischen Studien ist eindeutig negativ«, fasst Alternativmedizinforscher Edzard Ernst zusammen.

Für Curt Kösters, den zweiten Vorsitzenden des Deutschen Zentralvereins homöopathischer Ärzte ist es nichtsdestoweniger »eindeutig, dass die Homöopathie Effekte hat«. In seiner Praxis mache er immer wieder dieselbe Erfahrung: »Ich gebe ein Mittel, und es tut sich nichts. Ich gebe ein zweites Mittel, auch das hilft nicht. Erst beim dritten Mittel verändert sich etwas, wird die Krankheit besser – dann aber in engem zeitlichen Zusammenhang mit der Mittelgabe.« Was Gegner als zeitlich passende Spontanbesserungen erklären würden, wertet Kösters als eindeutigen Wirknachweis, denn die Linderung sei »reproduzierbar bei einem Rückfall«.

Jutta Hübner hat ähnliche Erfahrungen gemacht: »Nicht jedes homöopathische Mittel wirkt. Aber wenn die Homöopathie auf dem Placeboeffekt beruht, dann müsste doch eigentlich jedes Mittel wirken, oder?«, fragt sie sich.

Auflösen wird sich der Streit wohl nie. Seit den Zeiten Hahnemanns stehen sich wissenschaftlich arbeitende Mediziner und homöopathische Ärzte unversöhnlich gegenüber. Neu ist, dass sich auch die Politik und die Krankenkassen einschalten.

So forderten vor Kurzem Gesundheitsexperten wie Jens Spahn (CDU) und Karl Lauterbach (SPD) unisono, **Krankenkassen sollten homöopathische Therapien nicht mehr bezahlen**. Doch ihnen geht es wohl eher ums Prinzip einer vernunftbasierten Medizin, weniger um eine mögliche Geldverschwendung. Denn 30,7 Milliarden Euro gaben die Krankenkassen im vergangenen Jahr insgesamt für Arzneimittel aus, ganze 22 Millionen entfielen davon auf Homöopathika – weniger als ein Prozent – kein großes Einsparpotenzial also.

Manche Kassen wie etwa die Hamburger Securvita sehen die Homöopathie sogar als wichtiges Marketinginstrument. Die Kasse, die mehr homöopathische Behandlungen erstattet als jede andere, konnte in den vergangenen zwölf Monaten rund 20.000 neue Mitglieder für sich gewinnen; überwiegend jung, weiblich und gut verdienend. Diese Klientel ist hochbegehrt, zahlt sie doch die höchsten Beiträge und verursacht die geringsten Behandlungskosten.

Für die Securvita **rechne sich die Homöopathie**, behauptet jedenfalls ihr Gründer Thomas Martens. Hausinterne Statistiken zeigten, dass der engere Kontakt der Versicherten zum Hausarzt unnötige Krankenhauseinweisungen vermeiden helfe. Das senke die Kosten. So habe die Securvita etwa ein Drittel weniger Krankenhausausgaben als gesetzliche Kassen im Durchschnitt.

Auch die Techniker Krankenkasse (TK) will da profitieren. Die TK habe Verträge mit derzeit etwa 1300 niedergelassenen Ärzten geschlossen, die über eine zusätzliche homöopathische Fortbildung verfügten, sagt Sprecher Hermann Bärenfänger. Mehr Kosten verursache das nicht, im Gegenteil: Würden die homöopathischen Leistungen gestrichen, käme das dem gesamten System der gesetzlichen Krankenversicherung teuer zu stehen. Dann gäbe es nämlich einen entscheidenden Grund für gesetzlich Versicherte, zu den privaten Kassen zu wechseln – wertvolle Beitragszahler wären weg.

Wissenschaftlich arbeitenden Mediziner wie Edzard Ernst geht es weniger ums Geldsparen. Für sie ist die Frage, wie eine Gesellschaft mit obskuren Therapien wie der Homöopathie umgeht, eine sehr grundsätzliche: »Wenn die Medizin sich wieder in das Gebiet der Glaubensbekenntnisse begibt, wäre das sehr betäublich – das haben wir eigentlich seit 50 Jahren hinter uns.«

Mitarbeit: Nicola Kuhrt