

Schmerzempfinden beeinflussen, unsere eigenen Erwartungen sind machtvolle Manipulateure.

eggetsberger-info.blogspot.com/2018/12/schmerzempfinden-beeinflussen-unsere.html



Unsere Erwartungen bzw. Vorstellungen beeinflussen nicht nur wie wir andere Menschen wahrnehmen, sie wirken sich auch direkt auf unsere Leistungen aus und sie sind auch der Grund dafür, dass es den **Placebo-Effekt**, wie auch den **Nocebo-Effekt** gibt. **Der Placebo-Effekt funktioniert gerade bei der Behandlung von Schmerzen** -wie schon seit längeren wissenschaftlich bewiesen wurde- zumeist sehr gut. Die Wissenschaftler um Katharina Schwarz von der Universität Würzburg zeigten nun, dass die pure Erwartung, ein entsprechendes Medikament zu bekommen, auch das Befinden verbessern kann.

Es zeigte sich, dass **nicht nur** die Gabe eines vermeintlichen Arzneimittels Schmerzen lindern kann, sondern auch dass Vorurteile über die persönliche Schmerzempfindlichkeit einen ähnlichen Effekt haben. Das fanden die Forscher nun bei einem Experiment heraus.



Bild:Fotolia

Der Schmerztest

Für ihre Untersuchung unterzogen Katharina Schwarz und ihre Kollegen Männer einem Hitzetest. Dabei wurden die Probanden mithilfe eines Umschnallbands am Unterarm mit verschiedenen Temperaturreizen konfrontiert. Den dabei empfundenen Schmerz mussten die Teilnehmer dann auf einer Skala von "kein Schmerz" bis "unerträglich" bewerten. **Am nächsten Tag wiederholten die Wissenschaftler diese Prozedur – mit einem einzigen Unterschied:** Eher beiläufig ließen sie die Männer vorher auf einem Infoblatt wissen, dass sie entweder weniger empfindlich oder empfindlicher gegen Schmerzen seien als Frauen. Begründet wurde das jeweils evolutionspsychologisch: Eine Versuchsgruppe erhielt die Information, dass Männer beispielsweise als Jäger besonders gut an Schmerzen gewöhnt seien. Die andere Gruppe bekam zu lesen, dass Frauen durch die Schmerzen der Geburt besonders abgehärtet sind. ...

Ein deutlicher Effekt entsteht

Alleine diese neue Information beeinflusste das Schmerzempfinden der Männer deutlich: Beim erneuten Hitzeexperiment, bewerteten die Probanden, die Männer für weniger empfindlich hielten, den Schmerz als deutlich schwächer als am Tag davor. Wer dagegen von der höheren Schmerztoleranz der Frauen gelesen hatte, stufte sich jetzt im Vergleich als schmerzempfindlicher ein. Schon die Aussage "Du bist viel unempfindlicher gegen Schmerzen als andere", kann demnach kleine Wunder bewirken.



Die Wissenschaftler wollen künftig weiter untersuchen, wie weit der Einfluss von Erwartungen beim Menschen gehen kann. Praktisch bedeutsam seien solche Mechanismen nicht nur für Therapien, sondern auch in der psychologischen Forschung: "Auch Wissenschaftler haben bei ihrer Arbeit gewisse Erwartungen. Falls sie die ins Versuchsdesign einfließen lassen und die Probanden – ganz ohne böse Absicht – entsprechend beeinflussen, kann das die Ergebnisse verfälschen", schließen sie.

Quellen: *Trends in Cognitive Sciences, in press; doi: 10.1016/j.tics.2016.04.001, Julius-Maximilians-Universität Würzburg, 13.05.2016 - DAL*

Bildquellen: *Universität Würzburg, Fotolia*

Link: <http://dx.doi.org/10.1016/>

PDF-Link: [http://www.cell.com/trends/cognitive-sciences/pdf/S1364-6613\(16\)30008-0.pdf](http://www.cell.com/trends/cognitive-sciences/pdf/S1364-6613(16)30008-0.pdf)