SPRINGER NATURE

Springer Pflege

PRESSEMITTEILUNG

Die Macht der Worte: der Nocebo-Effekt

6. und 7. November 2026: 24. Gesundheitspflege-Kongress von Springer Pflege in Hamburg | Der „böse Zwilling“ des Placebo-Effekts: Forschung zum Nocebo-Effekt | Damit Worte nicht schaden: Wie können Pflegefachkräfte besser kommunizieren?

Hamburg, Berlin, 28. September 2026

Pflegefachkräfte sowie Ärztinnen und Ärzte sollten sich der Macht der Worte bewusst sein. Denn Therapien werden schlechter vertragen, Medikamente wirken weniger oder sogar gar nicht, wenn in Vorgesprächen negative Aspekte, wie etwa Nebenwirkungen, im Vordergrund standen. „Symptome können sich verstärken oder überhaupt erst entstehen, wenn Patient*innen negative Erwartungen haben“, sagt der ausgebildete Krankenpfleger und Psychologe Sven Benson. Er ist Professor am Universitätsklinikum Essen und Projektleiter im Sonderforschungsbereich „Treatment Expectation“, wo dieser Nocebo-Effekt untersucht wird. Wie können Pflegefachkräfte kommunizieren, um den Nocebo-Effekt zu vermeiden? Darüber wird Benson auf dem 24. Gesundheitspflege-Kongress berichten, den Springer Medizin mit seiner Geschäftseinheit Springer Pflege am 6. und 7. November 2026 in Hamburg ausrichtet.

Der Nocebo-Effekt ist das Gegenstück zum Placebo-Effekt: In Zulassungsstudien, in denen ein neues Medikament gegen ein Placebo, also ein Scheinmedikament ohne Wirkstoff, getestet wird, zeigen sich in der Placebo-Gruppe nicht nur die erwünschten Wirkungen des Originalpräparats, sondern auch die Nebenwirkungen. „Das kann sogar so weit gehen, dass die Teilnehmenden deshalb die Studie abbrechen“, berichtet Benson. Das Wissen um die Nebenwirkungen scheint also dazu zu führen, dass die Symptome tatsächlich auftauchen. Studien des Sonderforschungsbereichs bestätigen: Schmerzmittel wirken schlechter, wenn vorher negative Erwartungen erzeugt werden, etwa mit dem Satz: ‚Ihnen könnte übel werden.‘ Indem sich also die Aufmerksamkeit auf mögliche Nebenwirkungen richtet, werden körperliche Empfindungen, die möglicherweise gar nichts mit der Therapie zu tun haben, stärker wahrgenommen, was Angst und Sorgen auslöst und die Symptome verstärkt. „Negative Erwartungen können die Effekte eines hochwirksamen Schmerzmittels sogar komplett auslöschen“, sagt Benson. „Aber auch umgekehrt: Bei einer zuversichtlichen Einstellung wirkt ein Schmerzmittel bis zu doppelt so gut, wie unsere Studien zeigen.“

Bei Nocebo-Effekten handelt es sich nicht um Einbildung, dahinter stecken beweisbare physiologische und neurobiologische Veränderungen: „Bei negativen Erwartungen werden weniger schmerzlindernde und mehr schmerzverstärkende Neurotransmitter ausgeschüttet. Schmerzverarbeitende Gehirnareale sind stärker aktiviert und das Stresshormon Cortisol wird vermehrt ausgeschüttet“, sagt Benson. Nachweislich beruhigend wirken Aussagen, die das Positive einer Behandlung betonen, etwa: ‚Neun von zehn Patient*innen vertragen das Medikament gut‘, statt: ‚Zehn Prozent haben Nebenwirkungen.‘ Wichtig sei, dass das gesamte Team sorgsam kommuniziert, so Benson. „Denn die Patient*innen sind in einer verletzlichen Situation und damit besonders empfänglich für bedrohliche Informationen. Wenn eine Person eine unbedachte negative Aussage macht, nützt die beste Aufklärung nichts. Das kann alles andere überstrahlen.“

Deutsche Pflege im internationalen Vergleich, Transsensible Pflege, KI-basiertes Wund- oder Sturzmanagement oder wie Pflege ihr Knowhow erfolgreicher in die Politik einbringen kann – das sind weitere Themen des 24. Gesundheitspflege-Kongresses. Zum „Pflegegipfel des Nordens“ erwarten die Veranstalter rund 1.000 Teilnehmende aus dem gesamten Bundesgebiet – darunter Pflegefachpersonen aller Versorgungsbereiche, Pflegemanager*innen, Stations- und Pflegeleitungen, Lehrende, Pflegewissenschaftler*innen sowie Entscheider*innen aus dem Gesundheitswesen. Premiumpartner des Kongresses sind die großen Universitätskliniken der Region – das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf sowie das Universitätsklinikum Schleswig-Holstein – und die Asklepios Kliniken Hamburg GmbH. Das gesamte Programm des Kongresses finden Sie hier.

Kongressorganisation und Anmeldung:

Andrea Tauchert | Springer Medizin Verlag GmbH | tel +49 30 82787-5510

Über Springer Nature

Seit über 180 Jahren treibt Springer Nature die Forschung voran, indem wir der weltweiten Forschungsgemeinschaft den bestmöglichen Service bieten. Wir helfen Forscher*innen dabei, neue Ideen zu entdecken, stellen sicher, dass alle von uns veröffentlichten Forschungsergebnisse relevant und objektiv belastbar sind und sorgen dafür, dass alle Publikationen ihre Zielgruppen erreichen, einfach auffindbar, zugänglich, nutz- und teilbar sind. Wir unterstützen Bibliotheken und Institutionen mit innovativen Technologie- und Datenlösungen und bieten Fachgesellschaften erstklassige Unterstützung bei der Veröffentlichung.

Zu Springer Nature gehören renommierte Marken wie Springer, Nature Portfolio, BMC, Palgrave Macmillan und der Springer Medizin Verlag. Weitere Informationen auf springernature.com/de/group und unter @SpringerNature

Weitere Informationen

Pressemitteilung + Downloads
www.gesundheitskongresse.de/hamburg/2026/
Übersicht zu allen Gesundheitskongressen
https://www.gesundheitskongresse.de/

Akkreditierung

Journalist*innen können sich zum *24. Gesundheitspflege-Kongress* akkreditieren:

Kontakt
Uschi Kidane | Springer Nature | Communications und Corporate Affairs
tel +49 6221 487 8166 | uschi.kidane@springernature.com

Folgen Sie uns auf:

Zweigniederlassung der Springer-Verlag GmbH, Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin
Sitz: Berlin / Amtsgericht Berlin-Charlottenburg, HRB 91881 B
Geschäftsführer: Alexandra Dambeck, Harsh Jegadeesan, Dr. Niels Peter Thomas, Volker Böing

Sie möchten keine Emails mehr von uns erhalten? Dann senden Sie uns bitte eine Nachricht, und wir nehmen Sie aus unserem Presseverteiler.

Weitere Informationen, wie wir Ihre persönlichen Daten schützen und verarbeiten, entnehmen Sie bitte unseren Datenschutzrichtlinien.