

Erwartungen beeinflussen Therapieerfolg bei Depression stärker als gedacht

Individuelle Placebo-Reaktionen sagen langfristige Behandlungserfolge voraus

Erwartungen spielen eine entscheidende Rolle bei der Behandlung von Depressionen. Eine neue Studie von Wissenschaftler:innen des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) zeigt nun: Menschen mit Depression, die kurzfristig besonders stark auf Placebo-Behandlungen reagieren, profitieren auch langfristig stärker von Behandlungserwartungen. Die Ergebnisse, die im Fachmagazin *Translational Psychiatry* veröffentlicht worden sind, liefern wichtige Hinweise darauf, wie Behandlungen künftig individueller und wirksamer gestaltet werden könnten.

„Unsere Ergebnisse zeigen, dass Erwartungen zentrale Prozesse der Emotionsverarbeitung beeinflussen können. Das ist besonders relevant für Depressionen, bei denen negative Wahrnehmungsverzerrungen eine große Rolle spielen“, sagt Studienleiterin Prof. Dr. Stefanie Brassen aus dem Institut für Systemische Neurowissenschaften.

In der Studie erhielten Patient:innen mit Depression ein Nasenspray, das ihnen als stimmungsaufhellendes Medikament beschrieben wurde – tatsächlich handelte es sich jedoch um ein Placebo. Doch allein die Erwartung einer positiven Wirkung hatte messbare Effekte. Die Teilnehmenden berichteten von besserer Stimmung und verarbeiteten emotionale Reize positiver. Mehrdeutige Gesichtsausdrücke wurden zum Beispiel häufiger als freundlich interpretiert.

Im Anschluss wurden die Patient:innen über mehrere Wochen während ihrer regulären antidepressiven Behandlung begleitet. Je stärker die positiven Erwartungen gegenüber der Behandlung waren, desto stärker verbesserten sich die Symptome im Verlauf der Therapie. Besonders bemerkenswert war für die Forschenden, dass die individuelle Reaktion auf das Placebo im Experiment voraussagte, wie stark Erwartungen den Behandlungserfolg auch langfristig beeinflussten.

„Wir konnten zeigen, dass die Sensitivität für Erwartungen eine stabile Eigenschaft ist, die sich über verschiedene Situationen hinweg bemerkbar macht. Unsere Ergebnisse legen nahe, dass Erwartungen nicht nur ein ‚Nebeneffekt‘ von Behandlungen sind, sondern ein zentraler Wirkmechanismus“, sagt Prof. Brassen. Langfristig könnten solche Erkenntnisse dazu beitragen, Therapien besser auf einzelne Patient:innen abzustimmen, positive Erwartungen gezielt zu fördern und so die Wirksamkeit bestehender Behandlungen zu verbessern.

Die Studie, die Teil des durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft geförderten Transregio Sonderforschungsbereichs 289 ist, hat erstmals experimentelle Placebo-Effekte mit realen klinischen Verläufen innerhalb derselben Patient:innengruppe verbunden und zeigt, wie eng psychologische Prozesse und medizinische Behandlungsergebnisse miteinander verknüpft sind.

Publikation: EJ Shim et al., Acute placebo responsiveness predicts longitudinal expectation effects in antidepressant treatment. *Translational Psychiatry*. 2026

DOI: <https://doi.org/10.1038/s41398-026-04070->