



Sprache in der Anästhesie

Worte können Patient:innen Schaden hinzufügen.
Schon die Ankündigung von Schmerz z.B. vor der Anlage einer Viggo kann mehr Schmerzen auslösen. Das ist ein Beispiel für den **Nocebo-Effekt**.

Untersuchungen zeigen, dass

- Bei Verneinungen Teile des Gehirns nur den Begriff hören, der nach dem „nicht“ kommt und das Gehirn stellt sich das vor, bevor wir es in Gedanken wieder streichen können
- Beispiel: Denken sie jetzt nicht an einen Elefanten!

Anders herum können wir mit Sprache Schmerzen lindern und Menschen Mut machen.
Ziel der Kommunikation sollte eine Verlagerung des Fokus **weg vom Schmerz**, hin zu **Wohlbefinden und Heilung**.

|  Ungünstig | Besser  |
|---|--|
| Sie brauchen keine Angst zu haben. | Sie können sicher sein, dass wir gut auf sie aufpassen . |
| Wir verkabeln Sie jetzt. | Wir verbinden Sie mit unseren Überwachungsgeräten, die für noch mehr Sicherheit sorgen. |
| Wir machen sie fertig. | Wir bereiten Sie jetzt vor für die Operation. |
| Sie sind ein Risikopatient | Wir müssen besonders gut auf Sie aufpassen . |
| Achtung, es wird kalt . | Wir reinigen jetzt die Haut, das fühlt sich kühl an |
| Es piekst mal kurz / Jetzt gibt's einen Stich ... | Zu ihrer Sicherheit legen wir eine Infusion an, ich fange jetzt an. |
| Sie müssen keine Angst haben | Wir passen auf Sie auf. Es wird alles gut ! |
| Ich hole noch was aus dem Giftschrank | Ich benötige aus dem Tresor noch ein Medikament, was ihnen helfen wird. |
| (Vor Opioidgabe): Das macht sie jetzt betroffen , wie ein bis zwei Gläser Sekt. | Sie bekommen jetzt das erste Medikament, ein starkes Schmerzmittel, das alles etwas leichter macht, vielleicht sogar ein bisschen beschwingt . |
| (Vor Propofolgabe): Das brennt jetzt ein bisschen. | Sie bekommen jetzt ein Medikament, dass Ihnen einen erholsamen Schlaf ermöglicht. Manchmal kann man die Wärme im Arm spüren, das wäre ganz normal. |
| Ist ihnen schlecht ? Haben Sie Übelkeit ? | Wie fühlen sie sich? |
| Wir versuchen das. | Wir machen das. |
| Vielleicht hilft das ja gegen die Übelkeit. | Damit haben viele unserer Patient:innen gute Erfahrungen gemacht. |

Literaturquellen:

Hansen E et al Negative und positive Suggestionen in der Anästhesie - Anaesthesist 59:199-209

Harms C et al Improving anaesthetists' communication skills. Anaesthesia 59:166-172

Benedetti F et al When words are painful: unraveling the mechanisms of the nocebo effect. Neuroscience 147:260-271

© 2025 Dr. med. Daniel Dreyer für pin-up-docs.de

Weitere One-Minute-Wonder unter <https://pin-up-docs.de/one-minute-wonder> und QR-Code:

