

Wie wirkungsvoll sind Placebos wirklich und könnte man die kostengünstige Medikation viel öfter anwenden? Radio- Interview mit Prof. Dr. Stefan Schmidt

11.12.2012

Anmoderation: "Wenn wir krank sind, dann trinken wir vielleicht erstmal einen Tee. Wenn es davon nicht besser wird, dann gehen wir zum Arzt und danach in die Apotheke, um unsere Rezepte einzulösen. Das kostet Geld einerseits, andererseits sind Medikamente manchmal auch garnicht so notwendig, wie die Pharma-Industrie uns nahe legen will. Mit dem sogenannten Placebo-Effekt lassen sich viele Krankheiten behandeln, ohne dass ein echtes schulmedizinisches Medikament eingenommen wurde."

Das vollständige Interview kann [hier](#) angehört werden.

Prüfungsvorbereitung mit 'Ommm'. Meditation kann innerhalb von wenigen Wochen den Geist stärken und Schmerzen lindern. Interview mit Prof. Dr. Stefan Schmidt

17.11.2011

Anmoderation: "Es ist ein Streit, der sich über Jahrzehnte und wahrscheinlich sogar Jahrhunderte erstreckt: Der Streit zwischen der herkömmlichen Schulmedizin und den alternativen Methoden. Es ist oftmals eine individuelle Entscheidung, ob der Patient bei einer Erkältung erstmal zu Tees um Tropfen greift oder sich eine Pille einwirft. Manche Menschen beginnen mit Meditation oder Yoga, um sich zu entspannen, die anderen greifen zu Medikamenten. Aber gibt es ein Richtig und ein Falsch? Ist eine Methode besser als die Andere?"

Das vollständige Interview kann [hier](#) angehört werden.

Placeboeffekte in der Medizin: evidente hirnpfysiologisch und hirnanatomisch lokalisierbare Prozesse. Interview mit Prof. Dr. Stefan Schmidt

05.06.2011

Im letzten Blogbeitrag ging es um die Forschungslage zum Thema „Placebo und Placeboeffekte in der Medizin“. Es wurde deutlich gemacht, dass Therapien mit geringen spezifischen Effekten (ergo: niedriger Evidenz) Interventionen mit starken spezifischen Effekten (ergo: hoher Evidenz) in Hinblick auf die für den Patienten entscheidende Wirkung signifikant überlegen sein können. Im folgenden Interview mit dem Psychologen Prof. Dr. Stefan Schmidt wird nun deutlich, dass die Placeboforschung weitere spektakuläre Denkanstöße gibt. Die Grenzen zwischen Verum- bzw. Wirkstoffeffekt und Placeboeffekt verschwimmen immer stärker. Vermeintliche Verumeffekte entpuppen sich bei genauerer Untersuchung als Placeboeffekte – und zwar in der konventionellen Medizin. ... Weiter zum [Interview](#).

Mehr Lebensqualität durch Achtsamkeit - Artikel auf der Online-Plattform LebensZeit über Achtsamkeit

06.04.2011

Achtsamkeit hilft, den Alltag zu entschleunigen und den Blick auf das Wesentliche zu vertiefen. Die Folgen: Mehr Ruhe und Gelassenheit, weniger Stress und mehr Gesundheit. ... Weiter zum [Artikel](#).

Zeit-Interview mit Stefan Schmidt über chronische Schmerzen und Achtsamkeitstraining

07.02.2011

Bei chronischen Schmerzen spielt auch die Psyche eine Rolle. Ein Gespräch mit dem Neuropsychologen Stefan Schmidt über den Nutzen eines Achtsamkeitstrainings... Weiter zum

[Artikel auf Zeit-Online](#)
oder zum Artikel als
[pdf](#)

ORF-Radiosendung über den Kongress Meditation und Wissenschaft 2010

07.02.2011

In einem Interview mit dem Deutschlandradio erklärt Prof. Dr. Stefan Schmidt, Referent des Kongresses "Meditation und Wissenschaft 2010", wie Meditation Patienten mit chronischen Schmerzen dabei helfen kann, mit ihrem Leiden besser zurecht zu kommen. Schmidt gibt spannende Einblicke, welchen Stellenwert Meditation in der Komplementärmedizin bereits einnimmt.

Zum
[Interview](#)

Die vollständige Radiosendung kann
[hier](#)
angehört oder heruntergeladen werden.

Interview mit Prof. Dr. Stefan Schmidt im Deutschlandradio

10.12.2010

Das Interview kann
[hier](#)
in voller Länge angehört oder heruntergeladen werden.

Meditation und Wissenschaft 2010 - Interdisziplinärer Kongress zur Meditations- und Bewusstseinsforschung

26.-27.11.2010

Audio- und Video-Mitschnitte aller Kongressvorträge stehen an
[dieser Stelle](#)
voraussichtlich ab Mitte Dezember zum kostenlosen Download zur Verfügung.

Meditation und Hirnforschung - Zähneputzen für das Gehirn - Artikel aus der Süddeutschen Online

30.11.2010

Ankündigungstext: Forscher belegen die Wirkung der Meditation in Medizin und Psychotherapie - und ziehen die Grenze zu Esoterik und Erlösungsphantasien, die den Ruf der Disziplin schnell wieder beschädigen könnten.

[Mehr](#)

Ganz bei sich sein - Artikel über Achtsamkeitstraining auf www.gesund-magazin.de

11.11.2010

Ankündigungstext: Das Achtsamkeitstraining sei im Grunde die Kultivierung einer Ressource, die wir alle schon besitzen, sagt Jon Kabat-Zinn den Menschen, die an einem Kurs Stressreduzierung durch Achtsamkeit teilnehmen. Der amerikanische Molekularbiologe entwickelte MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) in den 80er-Jahren an seiner Klinik in Worcester, Massachusetts. Wie aber kann ein solches Training in der Lage sein, Krankheiten positiv zu beeinflussen? „Es geht darum, Gedanken, Emotionen, Bilder oder sinnliche Wahrnehmungen möglichst vorurteilsfrei zu beobachten“, erklärt Stefan Schmidt vom Institut für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene am Uniklinikum Freiburg.

[Mehr](#)

Meditation im Labor - Radiosendung (DRS 2) mit Prof. Stefan Schmidt

11.04.2010

Ankündigungstext: Was noch vor kurzem in der Ecke der Esoterik darbtete, steht heute in manch einem Labor im Zentrum. Meditation ist in der Wissenschaft salonfähig geworden. Doch wo ist die Spiritualität geblieben? Spielt der buddhistische Hintergrund keine Rolle mehr?

Link zur Radiosendung auf Podcast.de.