

Appeal to Tradition: Warum Alter keine Wirksamkeit beweist

Autor: Wolfram Klatt

Veröffentlicht am: 10.08.2026

Dokument generiert über Gesundheitsmythen.de

ZUSAMMENFASSUNG (ABSTRACT)

Der Appeal to Tradition (Berufung auf Tradition) bezeichnet den Fehlschluss, ein Heilverfahren allein deshalb für wirksam zu halten, weil es seit Jahrhunderten angewendet wird. Das Alter einer Methode sagt jedoch nichts über ihre wissenschaftliche Wirksamkeit aus. Dieser Artikel beleuchtet die psychologischen Hintergründe, warum wir traditionellem Wissen vertrauen, und erklärt, wie wir dieses Bedürfnis mit den Prinzipien der evidenzbasierten Medizin in Einklang bringen können.

Der Denkfehler der Tradition: Wenn das Alter einer Therapie als Wirksamkeitsbeweis missverstanden wird

In der Gesundheitsversorgung begegnet uns ein Argument immer und immer wieder: "Diese Methode wird schon seit Jahrtausenden angewandt – sie muss also wirken." Dieser Satz ist für viele Menschen ein intuitiver und beruhigender Anker, besonders wenn sie mit gesundheitlichen Unsicherheiten konfrontiert sind. In einer Zeit, in der die moderne Medizin oft hochkomplex und technisiert wirkt, bietet das Versprechen alten Heilwissens psychologischen Halt.

Doch aus der Perspektive der evidenzbasierten Wissenschaft ist diese Argumentation das Paradebeispiel für einen klassischen logischen Fehlschluss und einen tief verwurzelten kognitiven Denkfehler: den *Appeal to Tradition* (Berufung auf die Tradition). Aber warum genau ist das schiere Alter eines Heilverfahrens kein verlässlicher Indikator für seine medizinische Wirksamkeit? Und warum fällt es uns auf psychologischer Ebene so schwer, dieses Argument zu hinterfragen, ohne dabei das wertvolle Erbe unserer Vorfahren entwerten zu wollen?

1. Definition und Funktionsweise: Was ist der "Appeal to Tradition"?

Der *Appeal to Tradition* (Argumentum ad antiquitatem) ist ein Denkfehler, bei dem eine These, eine Praxis oder ein Produkt allein deshalb für wahr, richtig oder überlegen gehalten wird, weil es alt ist oder weil "es schon immer so gemacht wurde". Im Kern dieses Denkfehlers wird das lange Bestehen einer Überzeugung fälschlicherweise mit Beweiskraft oder qualitativer Hochwertigkeit gleichgesetzt.

Die logische Struktur dieses Denkfehlers ist ebenso simpel wie trügerisch, was ihn kognitiv so attraktiv macht:

LOGIK DES APPEAL TO TRADITION	
Prämisse A: Praxis X existiert seit 2000 Jahren.	
Schlussfolgerung:	
Daher ist Praxis X nachweislich sicher und wirksam.	

Aus streng logischer und wissenschaftlicher Sicht ist dieser Schluss jedoch ungültig (ein sogenanntes *non sequitur* – "es folgt nicht daraus"). Dass eine medizinische Methode alt ist, belegt streng genommen lediglich eine einzige historische Tatsache: Sie hat kulturell überlebt. Es beweist jedoch nicht, dass sie die spezifische physiologische Wirkung hat, die ihr zugeschrieben wird. Dass sich eine Methode lange gehalten hat, bedeutet vielmehr, dass sie in einer bestimmten Zeit und Kultur eine wichtige Funktion erfüllte – ob diese Funktion jedoch spezifisch medizinisch heilsam oder eher psychosozial tröstend war, lässt sich allein aus dem

Alter nicht ableiten.

Die Metapher des Baugerüsts

Um diesen Denkfehler zu verstehen, hilft die **Metapher des Baugerüsts**: Stellen Sie sich Tradition als das solide Holzgerüst vor, mit dem unsere Vorfahren das Haus unserer Kultur und unseres Wissens gebaut haben. Ohne dieses Gerüst hätten wir niemals die ersten Stockwerke errichten können. Wir verdanken ihm viel. Doch heute, mit den Mitteln der modernen Wissenschaft, können wir erkennen, welche Balken dieses Gerüsts noch tragen und welche morsch geworden sind. Wir ehren die Leistung der frühen Baumeister nicht dadurch, dass wir an morschen Balken festhalten, sondern indem wir das Gerüst dort abbauen, wo das Haus heute durch das stabile Mauerwerk der evidenzbasierten Wissenschaft selbstständig und sicher stehen kann.

2. Einordnung im medizinischen Kontext: "Altes Wissen" in Gesundheit und Krankheit

In der Medizin tritt der *Appeal to Tradition* besonders häufig auf. Wir finden ihn als zentrales Fundament in traditionellen Heilsystemen, wie der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), dem Ayurveda oder der traditionellen europäischen Naturheilkunde. Oft wird dabei nicht nur implizit, sondern ganz explizit suggeriert, dass Methoden, die den "Test der Zeit" überstanden haben, eine tiefere, inhärente Weisheit und Natürlichkeit besäßen, die sie modernen pharmakologischen Ansätzen überlegen mache.

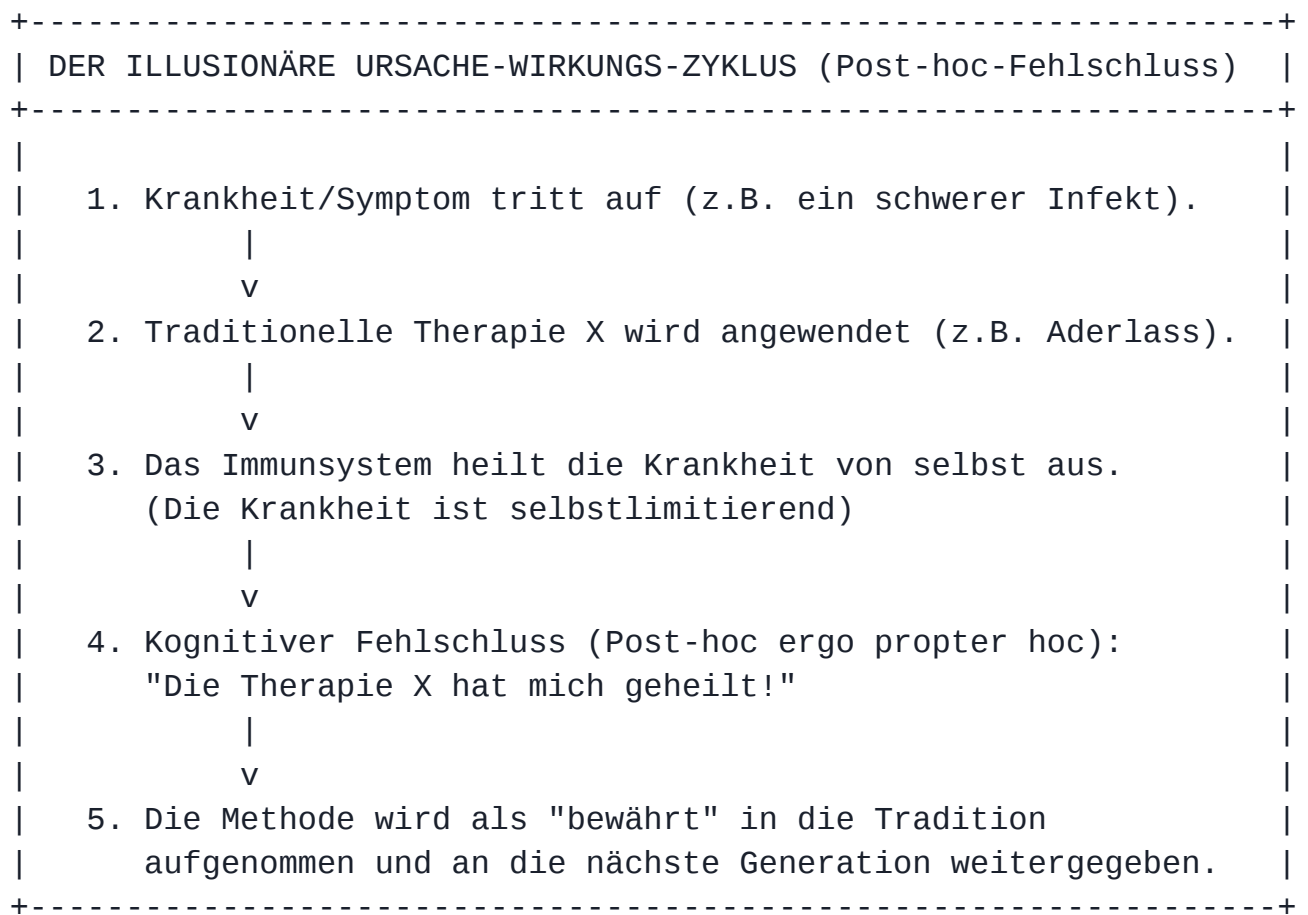
Ein prägnantes Beispiel ist die Anwendung traditioneller Heilpflanzen oder Verfahren wie die Akupunktur. Patienten, aber auch manche Behandler, argumentieren instinktiv: "Wenn dies nicht wirklich heilen würde, hätten die Menschen seine Anwendung nicht über Jahrtausende hinweg bewahrt und weitergegeben."

Hierbei wird jedoch oft außer Acht gelassen, unter welchen historischen und methodischen Bedingungen medizinisches Wissen in der Geschichte der Menschheit entstanden ist. Über 99 Prozent der Menschheitsgeschichte verfügten Heiler nicht über das grundlegende Wissen der Anatomie, Mikrobiologie, Physiologie oder modernen Pharmakologie. Sie waren zweifellos aufmerksame Beobachter, aber ihnen fehlten die Werkzeuge, um ihre Beobachtungen objektiv zu überprüfen. Krankheiten wurden auf aus dem Gleichgewicht geratene "Säfte"

(Humoralpathologie), energetische Blockaden oder spirituelle Ursachen zurückgeführt. Die Heiler der Antike und des Mittelalters hatten keine standardisierten klinischen Studien (Randomized Controlled Trials, RCTs), keine Mikroskope und keine statistischen Methoden, um den natürlichen, selbstlimitierenden Krankheitsverlauf von der tatsächlichen Wirkung ihrer Intervention zu trennen.

Der Aderlass, das Schröpfen zur "Säfte-Regulation" oder das Verabreichen heute als hochtoxisch bekannter Substanzen (z.B. Quecksilber gegen Syphilis) waren über Jahrhunderte, teilweise Jahrtausende hinweg anerkannter medizinischer Standard auf der ganzen Welt. Sie waren unhinterfragte "Tradition". Und dennoch wissen wir heute, dass viele dieser Praktiken nachweislich nicht nur unwirksam waren, sondern die Patienten zusätzlich schwächten.

Warum hielt man dennoch hartnäckig daran fest? Weil der menschliche Geist darauf programmiert ist, zwingend Muster und Kausalitäten zu erkennen – selbst dort, wo keine sind.



Traditionen können solche kognitiven Fehlschlüsse über hunderte von Generationen hinweg konservieren, weil es vor der Erfindung der wissenschaftlichen Methode schlichtweg keinen

Mechanismus gab, um diese Wahrnehmungsfehler systematisch zu erkennen und zu korrigieren.

3. Die evolutionären und psychologischen Wurzeln: Warum wir der Tradition vertrauen

Warum ist unser hoch entwickeltes, reflektiertes Gehirn derart anfällig für das oft irreführende Argument der Tradition? Die Antwort liegt tief in unserer evolutionären und psychologischen Entwicklungsgeschichte verborgen und ist keineswegs ein Zeichen von mangelnder Intelligenz.

Für unsere Vorfahren war das unkritische Übernehmen von Traditionen und kollektiven Verhaltensweisen der eigenen Gruppe ein extrem bedeutsamer Überlebensvorteil. Die menschliche kulturelle Evolution basiert darauf, dass überlebenswichtiges Wissen von Generation zu Generation weitergegeben wird, ohne dass jedes Individuum alles neu erlernen muss. Wenn ein bestimmter Stamm eine bestimmte rote Beere nicht aß, weil die Ältesten es seit jeher verboten, war es evolutionär äußerst klug, dieses Gebot strikt zu befolgen und es nicht durch neugieriges persönliches Experimentieren infrage zu stellen. Das tiefe Vertrauen in das Überlieferte sparte wertvolle kognitive Ressourcen, stärkte den sozialen Zusammenhalt und minimierte vor allem lebensbedrohliche Risiken.

Psychologisch betrachtet bietet uns Tradition zudem ein enormes Maß an Sicherheit, Vorhersehbarkeit und kognitiver Entlastung (*Cognitive Ease*) in einer ansonsten hochkomplex, oft unberechenbaren Welt. Die mentale Abkürzung (Heuristik) lautet: "Wenn so viele Millionen Menschen vor mir diese Therapie angewandt haben und nicht daran gestorben sind, muss sie sicher und in irgendeiner Form nützlich sein." In vielen Bereichen des sozialen Alltags ist diese Heuristik auch heute noch überaus praktisch.

In der modernen, molekularen und evidenzbasierten Medizin stößt dieses evolutionäre Erbe jedoch an seine absoluten Grenzen. Die objektive Bewertung spezifischer pharmakologischer Effekte auf zellulärer Ebene, das statistische Herausrechnen mächtiger Placebo-Effekte und die Langzeitüberwachung seltener, verzögerter Nebenwirkungen sind hochgradig kontraintuitive, intellektuell extrem anspruchsvolle Aufgaben. Unser Gehirn ist für diese Art der abstrakten Datenanalyse nicht primär gebaut. Bei Stress, Schmerz und existenzieller Angst (wie im Krankheitsfall) greift es daher instinktiv und begreiflicherweise auf die einfache, beruhigende und verständliche Erzählung der "uralten, bewährten Tradition" zurück.

4. Wie der Denkfehler in der Gesundheitskommunikation genutzt wird

Anbieter alternativer Heilverfahren nutzen den *Appeal to Tradition* oft als zentrales und verlässliches Kommunikationsinstrument. Wo große klinische Studien (wie randomisierte, doppelblinde Untersuchungen) fehlen oder keine signifikanten spezifischen Wirkungen belegen können, dient das Alter der Methode als psychologisches Ersatzargument (Surrogat), um Vertrauen aufzubauen und Glaubwürdigkeit zu vermitteln.

Dies geschieht in der Regel nicht aus unlauterer Absicht, sondern resultiert sehr oft aus der tiefsten eigenen Überzeugung der Anwender. Es äußert sich jedoch durch wiederkehrende, rhetorische Muster:

- **Romantisierung der Vergangenheit:** Die Vergangenheit wird systematisch als eine idyllische Epoche verklärt, in der die Menschen angeblich noch in vollkommenem, harmonischem Einklang mit der Natur lebten und eine tiefe, intuitive "Ur-Weisheit" bezüglich der Heilung besaßen. Dieses Narrativ übersieht jedoch geflissentlich die harte historische Realität: Die Lebenserwartung lag vor der Entwicklung moderner Hygiene, Impfungen und Antibiotika im globalen Durchschnitt bei etwa 30 bis 40 Jahren, und viele heute gut behandelbare Erkrankungen endeten damals tödlich.
- **Der "Test der Zeit" als fiktives Gütesiegel:** Es wird argumentiert, dass eine Methode, die schädlich oder völlig nutzlos wäre, von der Menschheit längst aussortiert worden wäre. Wie wir jedoch aus der jahrtausendealten Geschichte medizinischer Irrtümer (wie dem Aderlass) wissen, können sich ineffektive oder auf magischem Denken basierende Rituale aus spirituellen, autoritären oder psychologischen Gründen über Epochen hinweg halten.
- **Abgrenzung zur "kalten" Schulmedizin:** Traditionelle Verfahren positionieren sich in ihrer Außendarstellung oft als warmer, sanfter und menschenfreundlicher Gegenpol zur modernen, mitunter als technokratisch, "chemisch" oder "kalt" empfundenen evidenzbasierten Medizin. Die Tradition wird mit stark positiv besetzten Werten wie "Natürlichkeit", "Ganzheitlichkeit" und "Milde" aufgeladen.

Indem diese Kommunikation die evolutionär verankerte Sehnsucht nach Bewährtem anspricht, bietet sie Patienten in Ausnahmesituationen großen emotionalen Trost. Das gesundheitliche Problem entsteht erst dann, wenn dieses psychologische Wohlgefühl fälschlicherweise als

Beweis für eine spezifische, physische Heilwirkung (etwa gegen einen Tumor) interpretiert wird.

5. Reale Risiken für Patientinnen und Patienten

Dem Denkfehler der Tradition zu erliegen, ist keineswegs nur ein akademisches Problem der Philosophie. Im klinischen Alltag kann diese kognitive Verzerrung zu gravierenden Konsequenzen führen, wenn Patienten aufgrund dieses Fehlschlusses weitreichende gesundheitliche Entscheidungen treffen.

- **Verzögerung oder Abbruch evidenzbasierter Therapien:** Das größte und realste Risiko entsteht, wenn Patienten bei ernsten, fortschreitenden Erkrankungen (wie Tumorerkrankungen, schweren bakteriellen Infektionen oder Herzkrankheiten) primär auf traditionelle Methoden vertrauen und dadurch hochwirksame, evidenzbasierte Behandlungen ablehnen oder hinauszögern. Das entscheidende Zeitfenster für eine heilende (kurative) Intervention kann sich so unbemerkt schließen, weil das unerschütterliche Vertrauen in das "altes Wissen" eine trügerische Sicherheit vermittelt.
- **Unentdeckte Toxizität und Nebenwirkungen:** Ein fataler, aber weit verbreiteter Trugschluss lautet: Nur weil etwas eine lange Tradition besitzt und rein "pflanzlich" ist, muss es absolut sicher und nebenwirkungsfrei sein. Doch die Natur ist der mächtigste Chemiker der Welt und bringt hochpotente Wirkstoffe hervor. Bestimmte traditionell verwendete Heilkräuter (wie spezifische Osterluzei-Gewächse in der traditionellen asiatischen Medizin) haben sich in modernen Analysen als extrem nierentoxisch oder krebserregend herausgestellt (Stichwort: Balkan-Nephropathie). Die Tradition hatte diese katastrophalen Nebenwirkungen über Jahrtausende hinweg oft nicht erkannt. Warum? Weil der zeitliche Abstand zwischen Einnahme und chronischem Organschaden oft Jahre betrug. Erst die moderne Wissenschaft und Epidemiologie verfügten über das Instrumentarium, um solch komplexe, zeitlich verzögerte Kausalitäten sichtbar zu machen.
- **Finanzielle Belastung:** Patienten investieren nicht selten beträchtliche finanzielle Mittel in Präparate, Kuraufenthalte und traditionelle Behandlungen, deren Wirksamkeit nie objektiv belegt wurde. Da Krankenkassen diese Leistungen (zurecht) oft nicht übernehmen, kann die nachvollziehbare Hoffnung auf Heilung zu einer massiven finanziellen Fehlallokation führen, die den ohnehin schon belasteten

Patientenstamm und dessen Familien zusätzlich unter Druck setzt.

- **Einschränkung der echten Patientenautonomie:** Eine wirklich fundierte ärztliche Entscheidungsfindung (der *Informed Consent*) setzt zwingend voraus, dass der Patient die realistischen Chancen und Risiken einer Behandlung kennt. Wenn eine therapeutische Wirksamkeit in Aufklärungsgesprächen primär mit Verweis auf eine "lange und ehrwürdige Tradition" suggeriert wird, fehlt dem Patienten die objektive Faktengrundlage, um eine selbstbestimmte, auf realen Wahrscheinlichkeiten basierende Wahl für den eigenen Körper zu treffen.

6. Empathie & Respekt: Die Sehnsucht nach Tradition ist zutiefst menschlich

Wenn Menschen sich alternativmedizinischen, stark von Tradition geprägten Verfahren zuwenden und dabei den Verlockungen des *Appeal to Tradition* erliegen, so ist dies fast nie ein Zeichen von Unvernunft, mangelnder Bildung oder naiver Leichtgläubigkeit. Ganz im Gegenteil: Es ist beinahe immer der zutiefst nachvollziehbare Ausdruck eines fundamentalen Bedürfnisses nach Sicherheit, Sinnhaftigkeit, Kontrollrückgewinnung und vor allem nach emotionaler Zuwendung in Zeiten größter Vulnerabilität und Verzweiflung.

Die Diagnose einer chronischen oder gar lebensbedrohlichen Krankheit geht zumeist mit einem enormen Kontrollverlust, existenziellen Ängsten und dem Gefühl der Isolation einher. Die moderne, hochspezialisierte Medizin vollbringt bei der Rettung von Leben wahre Wunder, doch sie kann mit ihren straff organisierten klinischen Abläufen, oft restriktiv knappen Gesprächszeiten und klinisch-technischen Umgebungen mitunter kühl, einschüchternd oder entfremdend wirken. Wenn ein Spezialist im strengen Fünf-Minuten-Takt hochkomplexe Befunde im medizinischen Fachjargon besprechen muss, bleibt oft schlichtweg strukturell zu wenig Raum, um den gesamten Menschen mit all seinen Ängsten aufzufangen.

Genau in diese schmerzhafteste Lücke stoßen traditionelle Heilsysteme. Sie bieten etwas, wonach kranke Menschen sich inständig sehnen: Zeit, ungeteilte Aufmerksamkeit und Zuhören. Das Erstgespräch (die Anamnese) bei Anbietern traditioneller Verfahren dauert häufig eine Stunde oder länger. Der Behandler hört empathisch zu, integriert die komplette, individuelle Lebensgeschichte in die Krankheitserzählung und bietet am Ende eine in sich geschlossene, beruhigende und sinnstiftende Erklärung für das Leid (beispielsweise "Blockaden im Energiefluss" oder ein "Ungleichgewicht der Elemente").

Die tiefe Sehnsucht nach einer Heilkunst, die "uraltet Wissen" und eine harmonische, verstehbare kosmische Ordnung verkörpert, ist eine völlig natürliche, psychologische Reaktion auf eine rasante, hochkomplexe und mitunter furchteinflößende Moderne. Es ist daher von absolut zentraler Bedeutung, diese menschlichen Bedürfnisse zu respektieren. Die Aufklärung über den logischen Denkfehler des *Appeal to Tradition* darf niemals bedeuten, die Patienten oder ihre berechnigte Sehnsucht nach Ganzheitlichkeit herabzuwürdigen. Die kritische Analyse richtet sich nicht gegen das Individuum, das Linderung sucht, sondern ausschließlich gegen die fehlgeleitete Annahme, dass das Alter einer Methode ihre biologische Wirksamkeit garantieren könne. Eine wahrhaft gute ärztliche Kunst der Zukunft besteht vielmehr darin, die emotionale Zuwendung und die ganzheitliche Betrachtungsebene, die traditionelle Systeme auszeichnen, mit der harten, unbestechlichen und evidenzbasierten Präzision der modernen Wissenschaft zu vereinen.

7. Fazit und Gegenmaßnahmen (Cognitive De-Biasing)

Wie können wir als Gesellschaft und als Individuen lernen, das Alter einer Methode von ihrem tatsächlichen Wahrheitsgehalt zu unterscheiden, ohne dabei unsere wertvollen kulturellen Wurzeln zu ignorieren? Das sogenannte kognitive *De-Biasing* (die aktive Entzerrung unseres Denkens) erfordert, dass wir die automatische "Wohlfühl-Heuristik" unseres Gehirns durch aktives, rationales Nachdenken ganz bewusst ergänzen.

Folgende Strategien und mentale Checklisten können im Gesundheitsalltag helfen, den Denkfehler zu umgehen:

1. **Die klare Trennung von Alter und Beweiskraft:** Machen Sie sich wiederholt bewusst, dass das reine Alter einer Praxis logisch betrachtet keine verlässliche Aussage über ihren objektiven Wahrheitsgehalt trifft. Die evidenzbasierte moderne Astronomie ist sehr viel jünger als die antike Astrologie; die evidenzbasierte Keimtheorie (Bakterien und Viren) ist extrem jung im Vergleich zur jahrtausendealten, falschen Dämonen- oder Säftelehre. Wahrer medizinischer Fortschritt bedeutet historisch gesehen oft das schmerzhafteste, aber notwendige Loslassen überholter Traditionen, um Platz für bessere Antworten zu schaffen.
2. **Die Frage nach der heutigen Evidenz stellen:** Wenn Ihnen eine Heilmethode als "seit Jahrtausenden bewährt" wärmstens empfohlen wird, betrachten Sie dies als einen interessanten historischen Fakt, aber nicht als medizinischen Beweis. Fragen Sie

stattdessen aktiv: "Wie genau wissen wir *heute* unter strengen wissenschaftlichen Kriterien, dass es wirkt?" Gibt es methodisch saubere, aussagekräftige klinische Studien (wie doppelblinde RCTs), die die Wirksamkeit über den reinen Placebo-Effekt hinaus sicher belegen? Eine Methode mit tatsächlicher physischer Heilkraft wird diesen Nachweis erbringen können – völlig unabhängig davon, in welchem Jahrhundert oder auf welchem Kontinent sie einst entwickelt wurde.

3. **Reflexion über die Grenzen der eigenen Wahrnehmung:** Es erfordert Mut und kognitive Demut anzuerkennen, dass unsere eigenen, oft sehr persönlichen und emotional aufgeladenen Erfahrungen ("Ich habe den traditionellen Tee getrunken und wurde gesund!") sowie überlieferte Anekdoten extrem anfällig für Wahrnehmungstäuschungen sind. Der Placebo-Effekt, selektive Wahrnehmung (der Bestätigungsfehler) und das oft unbemerkte Ignorieren des natürlichen Krankheitsverlaufs (Regression zur Mitte) prägen unser subjektives Empfinden massiv. Die strenge wissenschaftliche Methodik wurde von klugen Köpfen genau und einzig aus dem Grund entwickelt, um uns vor unseren eigenen, allzu menschlichen Wahrnehmungstäuschungen zu bewahren.

Das uneingeschränkte Vertrauen in die evidenzbasierte Medizin zwingt uns in keiner Weise dazu, mit unseren kulturellen Traditionen gänzlich zu brechen. Traditionen sind für menschliche Gesellschaften essenziell: Sie stiften Identität, spenden großen Trost durch Rituale und fördern den lebenswichtigen sozialen Zusammenhalt. Wenn es jedoch konkret um die physische Heilung von Krankheiten, das Stoppen eines Tumors oder das Bekämpfen einer schweren Infektion geht, bietet uns die moderne Wissenschaft Werkzeuge, die in ihrer Präzision und Verlässlichkeit weit über das Erfahrungswissen unserer Vorfahren hinausgehen. Wahrer Respekt vor der menschlichen Gesundheit bedeutet am Ende immer, kompromisslos das am besten überprüfte Wissen zum Wohle des Patienten einzusetzen – ganz gleich, wie alt oder jung dieses Wissen sein mag.