

--- Auszug / Kurzfassung ---

RCTs: Der grundlegende Fehler der modernen Medizin?

– Warum randomisierte kontrollierte Studien zu einem Hindernis für die reale Gesundheitsversorgung geworden sind

Von **Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D.**

(OMNS, 2. November 2025)

Zusammenfassung: RCTs (*randomized controlled trials*) werden als „Goldstandard“ der Medizinwissenschaft – als Säule der evidenzbasierten Medizin – verehrt, aber sie wurden nie dafür konzipiert, Ernährung, Lebensstil oder multifaktorielle Heilung zu bewerten. In Wirklichkeit ist die RCT-zentrierte „evidenzbasierte Medizin“ alles andere als evidenzbasiert. Das RCT-Dogma, das eher zur Förderung einer medikamentenzentrierten Medizin als einer auf Gesundheitsergebnisse ausgerichteten Medizin entwickelt wurde, verzerrt heute die Wissenschaft, verschweigt Erfolge in der Praxis und schützt die Gewinne der Pharmaindustrie auf Kosten der öffentlichen Gesundheit.

Der „Goldstandard“, der seinen Glanz verloren hat

Seit mehr als einem halben Jahrhundert werden randomisierte kontrollierte Studien (RCTs) als „Goldstandard“ der Medizin verehrt. Wenn eine Intervention den RCT-Test nicht besteht, wird sie als „unbewiesen“ gebrandmarkt. Wenn sie ihn besteht, erhält sie wissenschaftliche Legitimität, wird von den Krankenkassen erstattet und von den Aufsichtsbehörden genehmigt.

Dieses System mag streng klingen – aber es wurde nie dafür konzipiert, die Komplexität der menschlichen Gesundheit zu erfassen. RCTs wurden Mitte des 20. Jahrhunderts entwickelt, um Medikamente unter kontrollierten Bedingungen zu testen, nicht um Ernährung, Lebensstil oder Umwelteinflüsse zu verstehen. Sie isolieren eine Variable, während alle anderen konstant gehalten werden. Im wirklichen Leben funktioniert das so nicht.

Ein Aufruf, die Wissenschaft von der Statistik zurückzugewinnen

Wissenschaft sollte eine Methode der Entdeckung sein, nicht eine Priesterschaft der p-Werte. RCTs haben ihren Platz – für die Zulassung von Medikamenten, die kurzfristige Wirksamkeit oder das Toxizitätsscreening –, aber nicht als oberster Richter der Wahrheit. Wenn Methodik zur Ideologie wird, verliert die Medizin sowohl ihre Demut als auch ihre Menschlichkeit.

Es ist an der Zeit, Evidenz (*Beweise*) wieder als Kontinuum (*Ganzes*) zu betrachten:

- **Mechanistische Plausibilität** (Biochemie, Physiologie)
- **Klinische Beobachtung** (echte Patienten, echte Ergebnisse)
- **Statistische Validierung** (wenn angemessen und ethisch vertretbar)

Die integrative und orthomolekulare Medizin verkörpert diese Hierarchie. Wir beginnen mit dem Mechanismus, bestätigen ihn durch Erfahrung und verfeinern ihn mit Daten – nicht umgekehrt.

Schlussfolgerung

Der Fehler liegt nicht in der Randomisierung selbst, sondern in ihrem **Monopol auf die Wahrheit**. Indem sie RCTs als einzig gültige Evidenz inthronisiert hat, hat sich die moderne Medizin gegenüber Biologie, Ernährung und gesundem Menschenverstand blind gemacht. Es ist an der Zeit, von der Randomisierung zur Vernunft überzugehen – von der Kontrolle zum Verständnis, von der Statistik zur Kausalität.

Gesundheit ist kein Zufall. Unsere Erkenntnisse sollten es auch nicht sein.