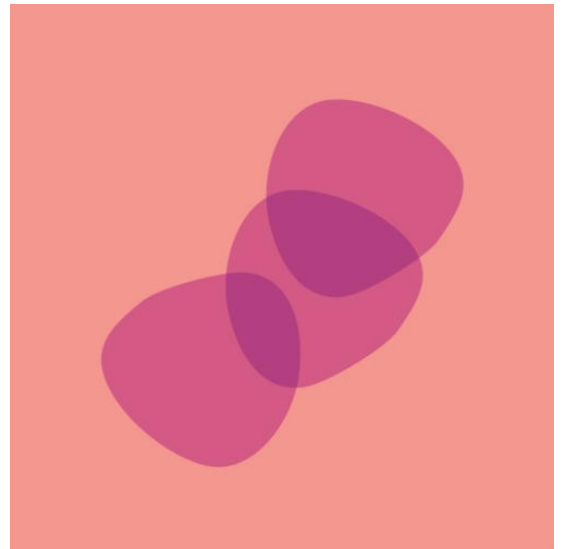


Corona-virussen

12. marts 2020 | Georg Soldner |

Først offentliggjort i: «Das Goetheanum», 13. marts, 2020.

Coronavirus er almindeligt for en dyrlæge, men nu har SARS-CoV 2-Coronaviruset krydset den menneskelige barriere. Hvad er en virus, hvordan angriber den organismen, og hvordan kan vi reagere?



Vira er tæt knyttet til det fysiske i organismen. De kommer fra substansen i genomet og kan som dette have indflydelse på cellernes stofskifte og fremmedgør dem fra organismen. Hvis der opstår en infektion, kommer vira ind i organismen. Så opdager organismen, at visse celler er fremmedgjort for kroppen, og cellerne begynder at gøre noget andet end, hvad de skal ud fra helheden. Organismen begynder at vende sig mod disse celler for at fjerne dem. Symptomerne på sygdommen, der nu bryder ud, er derfor: Organismen forsøger at fjerne de inficerede celler og dermed de invaderende vira med hoste, feber, slim. Enhver, der dør af en virusinfektion, kan følgelig blive et offer for sit eget forsvar. Den regulering er et udtryk for den individuelle "jeg-organisation", jegets tilstedeværelse i kroppen.

Fremmedgørelse fra kroppen

Jo mere en person allerede er i den situation, at det legemlige bliver fremmed for ham, jo mere modtagelig er han for den virussygdom, der nu kaldes COVID-19. Dette gælder naturligvis især for ældre mennesker, når knoglerne svinder ind, muskelmassen falder eller ved kroniske sygdomme. Coronavirus-infektion kan forløbe særlig alvorligt for mennesker over 80 år, personer med type II-diabetes eller med en hjerte-kar-sygdom. Jo mindre jeg er til stede i min krop, desto mindre gennemtrænges den af mig i denne forstand, jo lettere kan infektionen sprede sig i kroppen, og jo mere alvorlige kan konsekvenserne være.

Det, der tæller, er naturligvis, hvordan man skal omgås med en person, der er testet positiv. Ofte fjernes syge mennesker pludselig fra deres hjemmemiljø, og de blev oprindeligt behandlet i Kina sammen med mange andre syge i passende improviserede indkvarteringer. Skolemedicinen har desværre ingen nyttig medicin eller vaccination at byde på. Ofte sænkes feberen medicinsk. Det, der kan være livreddende i alvorlige tilfælde, er støtte med ilt og om nødvendigt midlertidig mekanisk ventilation (respirator). Derfor er det vigtigt, at klinisk pleje så vidt muligt kan koncentrere sig om alvorligt syge patienter.

Ud fra hvad vi ved her, er frygt og febersænkende behandling en terapi, der gør patienterne mere syge end sunde. Det, der hjælper folk med at mestre sygdommen, er alt, hvad der understøtter dem i at gennemtrænge deres egen krop bedre, at gennemvarme den, så de bedre kan føle sig hjemme i kroppen. Derfor det er ikke overraskende, at sygdommen næppe er farlig for børn. Dette gælder indtil en alder på 50 år, hvor sygdomsforløbet normalt svarer til normal influenza. Hoste, løbende næse og træthed er de typiske tidlige symptomer. Derudover kan lungebetændelse være et farligt aspekt, som i begyndelsen kan identificeres ved en højere respirationsfrekvens.

Forhold til solen

Fra et medicinsk synspunkt har virussen særligt negative egenskaber. Det kan tage lang tid, før organismen bliver 'vågen' og bemærker, at der er en udenlandsk gæst om bord, der truer med at forårsage sygdom. I et kendt tilfælde brød sygdommen først ud 27 dage efter infektionen. I gennemsnit er dette interval dog 5 dage, og efter 12,5 dage er 95 procent af alle tilfælde manifesteret. Derfor er de muligt smittede i karantæne i en periode på to uger. Derudover er denne virus mere smitsom end en normal influenzavirus, hvor hver smittet person i gennemsnit inficerer måske 1,3 personer; i tilfælde af coronavirus er det mere end 3 personer (i tilfælde af en meget smitsom sygdom, såsom mæslinger eller kighoste, er det 12 til 18). Infektionshastigheden er højere end ved en influenza, og desuden bliver den synlig senere. Disse egenskaber tilsammen, som fremmer en epidemisk spredning, gør læger over hele verden nervøse.

Forholdet til dyreverdenen

Der er dog et stort gåde-spørgsmål: Hvor kommer disse åbenlyse nye vira fra, og hvorfor opstod de? Interessant nok kommer mange af viraene fra dyreriget. Corona-virussen stammer sandsynligvis fra den javanske flagermus. Hvorfor bliver vira fra dyreriget farlige for mennesker? Vi påfører i øjeblikket dyrene ubeskrivelige lidelser: Fra masseslagtninger af dyr til forsøg med laboratoriedyr påføres smerter, som dyreverdenen hjælpeløst er udsat for. Kan denne lidelse føre til konsekvenser, der ændrer vira, der oprindeligt er hjemmehørende i dyreorganismen? Vi er vant til kun at se på det kropslige niveau og se det adskilt fra det sjælelige niveau. Forskning i tarmfloraen (mikrobiomet, der ikke kun inkluderer bakterier, men også vira) beviser det modsatte. Dette rejser ikke kun det mikrobiologiske spørgsmål om virussens oprindelse, men også det moralske spørgsmål om, hvordan man skal omgås dyreverdenen. Rudolf Steiner påpegede disse sammenhænge for mere end 100 år siden. I dag er det op til os at undersøge disse forhold igen og ved siden af den videnskabelig analyse at stille dybere spørgsmål.

Hvad kan vi gøre?

Der findes en række forholdsregler i personlig adfærd, der understøtter organismen i håndteringen af sygdommen. Dette inkluderer at undgå alkohol, et moderat sukkerforbrug, at opretholde en livsrytme med tilstrækkelig søvn og et aktivt forhold til solen. Hvad vores immunsystem ofte lider under, er manglen på sollys. En mangel, der har størst betydning i marts. I årets løb falder den højeste dødelighed på vores breddegrader derfor i slutningen af marts. Dette hænger sammen med manglen på sol i vintermånederne, og det minder os om, at det er yderst værdifuldt at gå ud hver dag. Om vinteren, hvis det er muligt ved middagstid, og derved forbinde sig med periferien,

elementært med kosmos. Rudolf Steiner gik detaljeret ind på dette, da han grundlagde den antroposofiske medicin, allerede før D-vitamin blev opdaget. Han brugte eksemplet tuberkulose. Det gælder for immunsystemet, at D-vitamin-tabletter kun kan erstatte absorption af sollys i begrænset omfang. Potenseret fosfor og tilsvarende potenseret meteorjern om morgenen kan som lyssubstanser understøtte afværgekraften. For de, der er ældre, og som måske har at gøre med hjerte-kar-sygdomme, anbefales desuden de antroposofiske basis-midler for hjerte-kar systemet, regelmæssig gåture og tilstrækkelig søvn. De, der sover mindre end seks timer, er meget mere modtagelige for sådanne infektioner.

Et sundt åndedrag til sine medmennesker

Hvis det kommer til en sygdom, så følger karantænen for nuværende, selvom mindre sager nu også kan behandles derhjemme. Det forekommer mig vigtigt, at det er et faktum, at antroposofisk medicin gennem årtier har erfaring med behandling af viral og bakteriel lungebetændelse uden antibiotika men med antroposofiske lægemidler og eksterne applikationer, der kan være ekstremt virksomme. Lægerne i den medicinske sektion ved Goetheanum har udviklet et tilsvarende terapiskema og gjort det tilgængeligt for internationale medicinske kolleger.

Hvad svækker lungerne? To ting: Et manglende forhold til jorden og solen og så sociale spændinger. Det tilrådes derfor at beskytte ens egne lunger, dette åndedrætsorgan, både indefra og udefra ved at prøve at afbalancere sociale spændinger. Efter min mening er der større risiko for de mennesker, der står i uløste sociale konflikter. Skolemedicinerne har fremmet troen på, at vaccinationer kan beskytte en mod alle former for infektion. Det er en fejltagelse. Selv influenzavaccination tilbyder kun en beskyttelsesgrad på 10 til 30 procent. Omhyggelig håndvask og hygiejne, når du pudser næsen og hoster, er effektive – og uden mulige bivirkninger. Så det er et vigtigt skridt at befri sig selv fra dette bange-defensive billede af miljøet og sin egen krop, og at spørge, hvad man selv kan gøre for at støtte livskraften og integriteten.

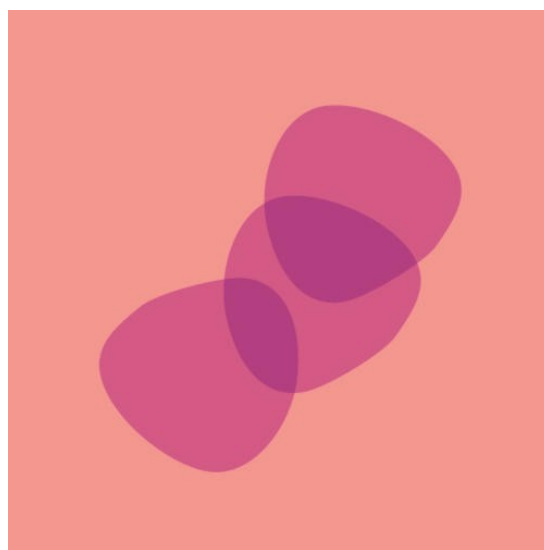
Billede: Fabian Roschka

Først offentliggjort i: «Das Goetheanum», 13. marts 2020.

Dansk oversættelse Søren Toft

Hentet den 14.marts 2020 fra

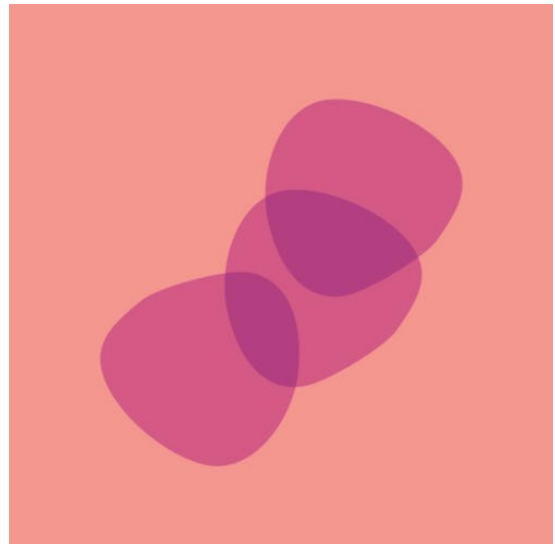
<https://goetheanum.co/de/nachrichten/das-coronavirus>



Das Coronavirus

12 März 2020 | Georg Soldner | Zuerst erschienen in:
«Das Goetheanum», 13. März 2020.

Für einen Tierarzt sind Coronaviren etwas Alltägliches, doch nun hat das Coronavirus SARS-CoV 2 die Schranke zum Menschen überschritten. Was ist ein Virus, wie greift es den Organismus an und wie können wir antworten?



Viren sind eng mit dem Physischen des Organismus verbunden. Sie entstammen der Substanz des Erbgutes und können wie dieses den Stoffwechsel der Zellen beeinflussen und diesen dabei dem Organismus entfremden. Kommt es zu einer Infektion, dringen Viren in den Organismus vor, dann erkennt der Organismus, dass bestimmte Zellen durch sie entfremdet sind und etwas anderes zu tun beginnen, als dies im Sinne des Ganzen ist. Er beginnt, sich gegen diese Zellen zu wenden, um sie zu eliminieren. Nichts anderes sind die Symptome der Krankheit, die nun ausbricht: Der Organismus versucht, die infizierten Zellen und damit die eingedrungenen Viren z.B. mit Husten, Fieber, Verschleimung loszuwerden. Wer an einer Virusinfektion stirbt, kann demzufolge auch Opfer seiner eigenen Abwehr werden, deren Regulation Ausdruck der individuellen «Ich-Organisation», der Ich-Präsenz im Leibe ist.

Die Entfremdung vom Leib

Je mehr ein Mensch nun bereits in der Situation ist, dass ihm das Leibliche fremd wird, desto anfälliger ist er für diese Viruserkrankung, die jetzt COVID-19 heißt. Das gilt naturgemäß besonders für das höhere Lebensalter, wenn der Knochen schwindet, die Muskelmasse sich zurückbaut, oder bei chronischen Krankheiten.

Bei der Coronavirus-Infektion ist es so, dass sie bei Menschen über 80 Jahre, Menschen mit einem Diabetes Typ II oder einer Herz-Kreislauf-Erkrankung besonders schwer verlaufen kann. Je weniger ich in meinem Körper präsent bin, je weniger er in diesem Sinne ganz von mir durchdrungen ist, desto leichter kann sich die Infektion im Körper ausbreiten und desto schwerwiegender können die Folgen sein. Dabei zählt natürlich, wie mit einem Menschen umgegangen wird, der nun als positiv getestet wurde. So werden oft Erkrankte abrupt aus ihrem häuslichen Umfeld herausgenommen und wurden in China anfangs mit vielen anderen Erkrankten in entsprechender improvisierter Unterbringung behandelt. Die Schulmedizin hat hier leider kein hilfreiches Medikament und keine Impfung anzubieten. Oft wird medikamentös Fieber gesenkt. Was jedoch

in schweren Fällen lebensrettend wirken kann, ist die Unterstützung mit Sauerstoff und ggf. vorübergehend eine maschinelle Beatmung, weshalb es wichtig ist, dass sich die klinische Versorgung möglichst auf schwerer erkrankte Patienten konzentrieren kann.

Nach allem, was wir hier wissen, sind Angst und fiebersenkende Behandlung eine Therapie, die die Patientinnen und Patienten eher kränker macht, als sie zu gesunden. Denn was dem Menschen hilft, die Krankheit zu bewältigen, ist alles, was ihn darin unterstützt, den eigenen Leib besser zu durchdringen, zu durchwärmen, um sich in dem Leib besser beheimaten zu können. Insofern überrascht es nicht, dass die Krankheit für Kinder kaum gefährlich ist. Das gilt im Weiteren bis zum 50. Lebensjahr, wo der Krankheitsverlauf meist dem einer normalen Grippe entspricht. Dabei sind Husten, Schnupfen und Abgeschlagenheit die typischen Frühsymptome. Hinzu kann dann als gefährlicher Aspekt eine Lungenentzündung kommen, die sich zunächst vor allem durch eine höhere Atemfrequenz zu erkennen gibt.

Beziehung zur Sonne

Das Virus hat nun aus medizinischer Sicht besonders negative Eigenschaften. So kann es sehr lange dauern, bis der Organismus «wach» wird und bemerkt, dass hier ein fremder Gast an Bord ist, der Unheil zu stiften droht. Es ist ein Krankheitsfall bekannt, bei dem die Krankheit erst 27 Tage nach der Ansteckung ausgebrochen ist. Im Mittel liegt diese Spanne allerdings bei 5 Tagen, und nach 12,5 Tagen sind 95 Prozent aller Fälle manifest. Deshalb werden Betroffene für die lange Dauer von zwei Wochen unter Quarantäne gestellt. Außerdem ist dieses Virus ansteckender als ein normales Grippevirus. Bei diesem steckt man durchschnittlich vielleicht 1,3 Menschen an, beim Coronavirus sind es eher 3 (Bei einer hoch ansteckenden Erkrankung wie Masern oder Keuchhusten sind es 12 bis 18). Die Ansteckungsrate ist also höher als bei einer Grippe und gleichzeitig wird sie später sichtbar. Diese Eigenschaften zusammen, die eine epidemische Ausbreitung begünstigen, machen die Mediziner weltweit nervös.

Die Beziehung zur Tierwelt

Eine große Rätselfrage stellt sich allerdings: Woher kommen diese offenkundig neuartigen Viren und warum sind sie entstanden? Interessanterweise kommen viele der Viren aus dem Tierreich. Das Corona-Virus vermutlich aus der javanischen Fledermaus. Warum werden nun Viren aus dem Tierreich für den Menschen gefährlich? Wir fügen den Tieren gegenwärtig unsägliches Leid zu: , massenhafte Schlachtungen bis zu den Experimenten mit Labortieren führen zu Schmerz, dem die Tierwelt hilflos ausgeliefert ist. Kann dieses Leid zu Konsequenzen führen, die Viren verändern, welche im tierischen Organismus heimisch sind? Wir sind gewohnt, nur die körperliche Ebene zu betrachten und sie meistens getrennt von der seelischen zu sehen. Die Forschung zur Darmflora, zum Mikrobiom, zu dem nicht nur Bakterien, sondern auch Viren gehören, beweist das Gegenteil. Damit stellt sich nicht nur die mikrobiologische Frage nach der Virusherkunft, sondern auch die moralische, nach dem Umgang mit der Tierwelt. Rudolf Steiner hat auf diese Zusammenhänge vor mehr als 100 Jahren hingewiesen. Heute liegt es an uns, diesen Beziehungen nachzugehen und neben der naturwissenschaftlichen Analyse tiefere Fragen zu stellen.

Was können wir tun?

Es gibt im persönlichen Verhalten nun eine Reihe von Maßnahmen, die den Organismus darin unterstützen, die Erkrankung zu bewältigen. Dazu gehören der Verzicht auf Alkohol, ein maßvoller Zuckerkonsum und die Pflege eines Lebensrhythmus mit ausreichend Schlaf und aktiver Beziehung zur Sonne. Woran unser Immunsystem oft leidet, ist der Mangel an Sonnenlicht, ein Mangel, der sich am stärksten im Monat März auswirkt. Über das Jahr gesehen, fällt die höchste Sterblichkeit in unseren Breiten deshalb auf Ende März. Das hängt mit dem Mangel an Sonne über die Wintermonate zusammen und erinnert daran, dass es sich außerordentlich lohnt, täglich und im Winter möglichst mittags ins Freie zu gehen und sich so mit der Peripherie, ganz elementar mit dem Kosmos zu verbinden. Rudolf Steiner ging bei der Begründung der Anthroposophischen Medizin, noch bevor das Vitamin D entdeckt wurde, am Beispiel der Tuberkulose ausführlich darauf ein. Dabei gilt für das Immunsystem, dass Vitamin-D-Tabletten die Aufnahme von Sonnenlicht nur beschränkt ersetzen können. Potenzierter Phosphor und entsprechend potenziertes Meteoreisen morgens können als Lichtsubstanzen ebenfalls die Abwehrkraft unterstützen. Wer schon älter ist und vielleicht mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu tun hat, für den oder die empfehlen sich außerdem anthroposophische Basismittel für das Herz-Kreislauf-System, regelmäßiges Gehen sowie ausreichender Schlaf. Wer weniger als sechs Stunden schläft, ist bei solchen Infektionen deutlich anfälliger.

Ein gesunder Atem zu seinen Mitmenschen

Wenn es nun zu einer Erkrankung kommt, dann folgt gegenwärtig die Verwahrung in Quarantäne, wobei leichte Fälle inzwischen auch zu Hause behandelt werden können. Wichtig scheint mir die Tatsache, dass die Anthroposophische Medizin über jahrzehntelange Erfahrung in der Behandlung viraler und bakterieller Lungenentzündungen ohne Antibiotika mit anthroposophischen Arzneimitteln und äußeren Anwendungen hat, die außerordentlich wirksam sein können. Ein entsprechendes Therapieschema haben die Ärzte der Medizinischen Sektion erarbeitet und international ärztlichen Kolleginnen und Kollegen zugänglich gemacht.

Was schwächt die Lunge? Dazu zwei Dinge: mangelnde Beziehung zur Erde und zur Sonne sowie soziale Spannungen. Es ist deshalb ratsam, die eigene Lunge, dieses Atmungsorgan, von innen und außen zu schützen, indem man soziale Spannungen auszugleichen versucht. Wer in ungelösten sozialen Konflikten steht, ist hier aus meiner Sicht vermehrt gefährdet. Die Medizin hat den Glauben gefördert, dass man sich mit Impfungen gegen alle Ansteckung schützen kann. Das ist ein Irrtum. Selbst die Grippe-Impfung bietet nur eine Schutzrate von 10 bis 30 Prozent; sorgfältiges Händewaschen und Hygiene beim Schnäuzen und Husten sind ebenfalls wirksam – ohne mögliche Impfn Nebenwirkungen. So ist es ein wichtiger Schritt, sich von diesem ängstlich-defensiven Bild gegenüber der Umwelt und dem eigenen Leib zu lösen und zu fragen, was man selbst tun kann, um dessen Lebenskraft und Integrität zu unterstützen.

Bild: Fabian Roschka Zuerst erschienen in: «Das Goetheanum», 13. März 2020.

<https://goetheanum.co/de/nachrichten/das-coronavirus>