

## HET CORONAVIRUS

door Georg Soldner, co-leider van de Medische Sectie aan het Goetheanum  
Artikel overgenomen uit weekblad 'Das Goetheanum' van 13 maart 2020  
Vertaling: Joep Eikenboom

Voor een dierenarts zijn Coronavirussen dagelijkse praktijk, maar nu is het Coronavirus SARS-CoV2-de menselijke barrière gepasseerd. Wat is een virus, hoe valt hij het organisme aan en hoe kunnen we reageren?

Virussen zijn nauw verbonden met het fysieke van het organisme. Ze komen voort uit de substantie van de erfelijkheid en kunnen op deze manier de stofwisseling van de cellen beïnvloeden en deze van het organisme vervreemden. Als er een infectie is, komen virussen het organisme binnen, en herkent het organisme dat bepaalde cellen daardoor worden vervreemd en iets anders gaan doen dan zinvol is binnen het geheel. Het begint zich tegen deze cellen te weren om ze te elimineren. De symptomen van de ziekte die nu uitbreekt, zijn niets anders: het organisme probeert de geïnfecteerde cellen en dus de binnengevallen virussen te verwijderen, bijvoorbeeld met hoesten of koorts het slijm kwijt te raken. Wie aan een virusinfectie sterft, kan ook slachtoffer zijn geworden van zijn eigen afweermecanisme, waarvan de regulering een uitdrukking is van de individuele 'Ik-organisatie', die de aanwezigheid van het Ik in het lichaam representeert.

### Vervreemding van het lichaam

Hoe meer een mens zich al in de situatie bevindt dat het fysieke lichaam hem vreemd begint te worden, hoe vatbaarder hij is voor deze virale ziekte, die nu COVID-19 wordt genoemd. Dit geldt natuurlijk met name voor ouderen (bij wie de botten krimpen en de spiermassa afneemt) of bij chronische zieken.

Bij de Coronavirus-infectie is het zo, dat die bij mensen ouder dan 80 jaar, bij mensen met diabetes type II of met hart- en vaatziekten, bijzonder zwaar kan verlopen. Hoe minder ik in mijn lichaam aanwezig ben, hoe minder mijn Ik mijn lichaam volledig doordringt, hoe gemakkelijker de infectie zich in mijn lichaam kan verspreiden en des te ernstiger de gevolgen kunnen zijn. Wat telt is natuurlijk hoe om te gaan met een mens die nu positief is getest. Vaak worden zieke mensen abrupt verwijderd uit hun thuisomgeving, ze werden aanvankelijk in China behandeld met veel andere zieke mensen in een geïmproviseerd onderkomen. Conventionele geneeskunde heeft helaas geen nuttige medicatie of vaccinatie te bieden. Vaak onderdrukt men met medicamenten de koorts. Ondersteuning met zuurstof kan in ernstige gevallen levensreddend zijn en, indien nodig, tijdelijke beademing met behulp van apparatuur. Daarom is het belangrijk dat de klinische zorg zich zoveel mogelijk kan concentreren op ernstig zieke patiënten.

Van alles wat we nu weten, is angst en een koortsremmende behandeling een therapie die patiënten eerder zieker dan gezond maken. Want wat mensen

helpt om met de ziekte om te gaan, is alles wat hen ondersteunt om hun eigen lichaam beter te doordringen, het te doorwarmen zodat ze zich beter met het lichaam kunnen verbinden. Het is dus niet verrassend dat de ziekte voor kinderen nauwelijks gevaarlijk is. Dit geldt verder tot het 50e levensjaar, waar het verloop van de ziekte meestal overeenkomt met die van een normale griep. Hoesten, een loopneus en vermoeidheid zijn de typische vroege symptomen. Daar bovenop kan longontsteking een gevaarlijk aspect zijn, dat in het begin kan worden geïdentificeerd door een verhoogde ademhalingsfrequentie.

### Relatie met de zon

Nu heeft het virus medisch gezien bijzonder negatieve eigenschappen. Zo kan het lang duren voordat het organisme 'wakker' wordt en merkt dat er een vreemde gast aan boord is, die onheil probeert te stichten. Er is een geval bekend waarbij de ziekte pas 27 dagen na de infectie uitbrak. Gemiddeld gebeurt dit echter na 5 dagen en na 12,5 dagen is 95 procent van alle gevallen manifest. Daarom worden betrokkenen gedurende een lange periode van twee weken in quarantaine geplaatst. Bovendien is dit virus besmettelijker dan een normaal griepvirus. Daarbij worden gemiddeld misschien 1,3 mensen besmet; in het geval van het Coronavirus zijn het er meer dan 3 (in het geval van een zeer besmettelijke ziekte, zoals mazelen of kinkhoest, zijn er 12 tot 18). Het besmettingspercentage is dus hoger dan bij griep en tegelijkertijd wordt het later zichtbaar. Deze eigenschappen samen, die een epidemische verspreiding bevorderen, maken artsen wereldwijd nerveus.

### De relatie met de dierenwereld

Er is echter een grote raadsel: waar komen deze duidelijk nieuwe soort virussen vandaan en waarom zijn ze ontstaan? Interessant is dat veel van de virussen afkomstig zijn uit het dierenrijk. Het Coronavirus is waarschijnlijk afkomstig van de Javaanse vleermuis. Waarom worden virussen uit het dierenrijk nu gevaarlijk voor de mens? Tegenwoordig brengen we dieren onuitsprekelijk lijden toe: massaslachtingen tot laboratoria-experimenten met proefdieren, die leiden tot pijnen waaraan de dierenwereld hulpeloos is overgeleverd. Kan dit lijden gevolgen hebben, waardoor de virussen, die in het dierlijke organisme eigenlijk gewoon thuis zijn, veranderen? We zijn eraan gewend om alleen naar het fysieke niveau te kijken en het meestal los van het zielenniveau te zien. Onderzoek naar de darmflora, het microbiom dat niet alleen bacteriën maar ook virussen omvat, bewijst het tegendeel. Dit roept niet alleen de microbiologische vraag op over de oorsprong van het virus, maar ook de morele vraag hoe we moeten omgaan met de dierenwereld. Rudolf Steiner heeft meer dan 100 jaar geleden al op deze samenhangen gewezen. Vandaag de dag is het aan ons om deze relaties na te gaan en naast de natuurwetenschappelijke analyse ook diepere vragen te stellen.

Wat kunnen we doen?

Er zijn in het persoonlijk gedrag enkele maatregelen die het organisme ondersteunen bij het omgaan met de ziekte. Daarbij horen onder andere het onthouden van alcohol, matige suikerconsumptie en het handhaven van een levensritme met voldoende slaap en voldoende zon. Waar ons immuunsysteem vaak last van heeft, is het gebrek aan zonlicht, een tekort dat in maart de grootste impact heeft. Over het hele jaar gezien is op onze breedtegraden het sterftcijfer daarom eind maart het hoogst. Dit houdt verband met het gebrek aan zon tijdens de wintermaanden en herinnert ons eraan dat het buitengewoon de moeite waard is om elke dag en in de winter zo mogelijk 's middags naar buiten te gaan en je zo met de omgeving te verbinden, in wezen met de kosmos. Nog voordat vitamine D was ontdekt, ging Rudolf Steiner bij het ontwikkelen van de antroposofische geneeskunde hier uitvoerig op in, met als voorbeeld de tuberculose. Voor het immuunsysteem geldt dat vitamine-D-tabletten de opname van zonlicht slechts in beperkte mate kunnen vervangen. Gepotentieerde fosfor en dienovereenkomstig gepotentieerd meteorijzer in de ochtend kunnen als lichtsubstanties het immuunsysteem ook ondersteunen. Voor degenen die ouder zijn en misschien te maken hebben met hart- en vaatziekten worden ook antroposofische basismiddelen voor het cardiovasculaire systeem, regelmatig wandelen en voldoende slaap aanbevolen. Wie minder dan zes uur slaapt, is veel vatbaarder voor dergelijke infecties.

Een gezonde adem ten opzichte van de medemens

Als het tot de ziekte komt wordt de patiënt in quarantaine gehouden, hoewel lichtere gevallen nu ook thuis kunnen worden behandeld. Mij lijkt het feit van belang dat de antroposofische geneeskunde al tientallen jaren ervaring heeft met de behandeling van virale en bacteriële longontsteking zonder antibiotica, maar met antroposofische medicijnen en uitwendige therapieën die uiterst effectief kunnen zijn. De artsen van de Medische Sectie hebben een bijbehorend therapieschema ontwikkeld en ter beschikking gesteld aan de internationale collega-artsen.

Wat verzwakt de longen? Twee dingen: gebrek aan een relatie met de aarde en de zon, en ook sociale spanningen. Het is daarom raadzaam om uw eigen longen, uw ademhalingsorgaan, van binnen en van buiten te beschermen door te proberen sociale spanningen in evenwicht te brengen. Naar mijn mening lopen degenen die in onopgeloste sociale conflicten verkeren een groter risico. De reguliere geneeskunde heeft het geloof aangewakkerd dat vaccinaties je zouden kunnen beschermen tegen alle soorten infecties. Dat is een vergissing. Zelfs de grieprik biedt maar een beschermingspercentage van 10 tot 30 procent. Zorgvuldig handen wassen en hygiëne bij het snuiten en hoesten zijn ook effectief – zonder mogelijke bijwerkingen. Het is dus een belangrijke stap om jezelf te bevrijden van dit angstige en defensieve beeld van de omgeving en van je eigen lichaam en je af te vragen wat je zelf kunt doen om de vitaliteit en integriteit ervan te ondersteunen.