

CORONAVIRUS

Georg Soldner

Artikel i DG nr 11 2020

För en veterinär är coronavirus något vardagligt, men nu har coronavirus SARS-CoV2 överskridit barriären till människan. Vad är ett virus, hur angriper det organismen och hur kan vi svara?

Virus är tätt förbundna med det fysiska i organismen. De härstammar från substansen i arvsmassan och kan liksom denna påverka cellernas ämnesomsättning och främmandegöra dem för organismen. Blir det en infektion tränger virus in i organismen och då märker organismen att vissa celler genom virus främmandegjort sig. De börjar göra något annat, som inte är förenligt med helheten. Organismen börjar vända sig mot dessa celler för att eliminera dem. Sjukdomssymtomen som nu bryter ut är ingenting annat än: organismen försöker bli kvitt de smittade cellerna, och därmed virus som trängt in, exempelvis genom hosta, feber, slembildning. Den som dör av en virusinfektion kan därför också bli offer för sitt egna immunförsvar, vilket regleras av den individuella jag-organisationen, och uttrycker jagets närvaro i kroppen.

Kroppens främmandegörning

Ju mer en människa redan befinner sig i ett läge där det kroppsliga blir främmande för henne, desto mottagligare är hon för den virussjukdom, som nu heter COVID-19. Detta gäller naturligtvis de äldsta människorna vars ben- och muskelmassa minskar, men också vid kroniska sjukdomar.

Vid coronavirusinfektionen kan förloppet bli särskilt svårt hos människor över 80 år, människor med diabetes typ II eller en hjärtkärlsjukdom. Ju mindre jag är närvarande i min kropp, ju mindre den i denna mening är genomträngd av mig, desto lättare kan infektionen breda ut sig i kroppen och följderna kan bli allvarligare. Dit hör naturligtvis hur man handskas med en människa som fått positivt testresultat. Insjuknade människor tas ofta abrupt ut ur sina hemförhållanden och i Kina blev de i början behandlade tillsammans med många andra insjuknade i vad som fanns av improviserade lokaliteter. Skolmedicinen kan här tyvärr inte erbjuda en effektiv medicin eller vaccin. Medikamenter sänks ofta febern. Det som vid svåra fall kan vara livräddande är understöd med syrgas och en tillfällig andningshjälp i respirator och därför är det viktigt att sjukhusvården i möjligaste mån kan koncentrera sig på de svårast sjuka patienterna.

Enligt vad vi här vet är ångest och febernedsättande behandling en terapi som snarare gör patienterna sjukare än att göra dem friska. Det som hjälper människor att klara av sjukdomen, är allt som stöder dem i att på ett bättre sätt tränga igenom, genomvärma den egna kroppen, för att bättre kunna vara hemma i den. Därför är det inte överraskande att sjukdomen knappast är farlig för barn. Detta gäller ända upp till 50-årsåldern, där sjukdomsförloppet för det mesta motsvarar en normal influensa. De typiska tidiga symptomen är då hosta, snuva och trötthet. En farligare aspekt är när en lunginflammation tillstöter och som till en början framförallt märks genom en förhöjd andningsfrekvens.

Relation till solen

Ur medicinskt perspektiv har virus speciellt negativa egenskaper. Det kan exempelvis dröja mycket länge innan organismen "vaknar" och märker att en främmande gast, som

hotar göra ofog, har stigit ombord. Man känner till ett sjukdomsfall där det dröjde 27 dagar efter smittillfället innan infektionen bröt ut. Medeltalet i denna spännvidd är ändå 5 dagar och efter 12,5 dagar har 95 % av alla fallen fått symtom. Av den anledningen sätts de drabbade i karantän under 2 veckor. Dessutom är detta virus mer smittsamt än normala influensavirus. Av dem smittas genomsnittligt kanske 1,3 människor, vid coronaviruset är det snarare 3 (vid mycket smittsamma sjukdomar som mässling eller kikhosta är det 12 till 18). Smittfrekvensen är alltså högre än vid en influensa och dessutom märks den senare. På grund av dessa egenskaper, som gynnar en epidemisk utbredning, gör medicinare världen över nervösa.

Relation till djurvärlden

En stor gåta infinner sig nu: varifrån kommer detta entydigt nya virus och varför har det uppstått? Intressant är här att många virus kommer ur djurriket. Coronaviruset förmodligen från javanesiska fladdermöss. Varför blir virus från djurriket farliga för människan? I modern tid tillfogas djuren obeskrivligt lidande: masslaktning ända till djurexperiment leder till smärta som djurvärlden hjälplöst är utsatt för. Kan detta lidande få konsekvenser som förändrar virus som hör hemma i djurorganismer? Vanligtvis betraktar vi bara den kroppsliga nivån och ser den för det mesta som skild från det själsliga. Forskning om tarmfloran, som mikrobiom, till vilka inte bara bakterier hör utan också virus, bevisar motsatsen. Därmed uppstår inte bara en mikrobiologisk fråga om virus härstamningen, utan också en moralisk fråga i förhållande till hur vi umgås med djurvärlden. Rudolf Steiner har påvisat detta samband för mer än 100 år sedan. Idag kommer det an på oss att följa upp denna relation och formulera djupare frågor bredvid den naturvetenskapliga analysen.

Vad kan vi göra?

I det personliga förhållningssättet finns en rad möjliga åtgärder, som stöder organismen att bemästra sjukdomen. Dit hör att avstå från alkohol, en så liten sockerkonsumtion som möjligt och att måna om en god livsrytm, som innehåller en tid i solljus. Vårt immunsystem lider ofta av en brist på solljus, en brist som är särskilt påtaglig under månaden mars. Sett över ett år ligger den största dödligheten på våra breddgrader därför i slutet av mars. Det hänger ihop med vintermånadernas brist på sol och påminner om att det är mycket gynnsamt att dagligen, och under vintern helst vid middagstid, gå ut i det fria och på det sättet förbinda sig med periferin, helt elementärt med kosmos. När Rudolf Steiner grundade den antroposofiska medicinen, detta innan man upptäckt vitamin D, gick han utförligt in på detsamma med tuberkulos som exempel. För immunsystemet gäller att vitamin D-tabletten bara begränsat kan ersätta upptagningen av solljus. Potentierat fosfor och motsvarande potentierat meteorjärn som ljussubstanser intaget på morgonen, kan också stödja motståndskraften. Den som är äldre och kanske har en hjärtkärlsjukdom kan rekommenderas, förutom basläkemedel för hjärtkärlsystemet, regelbundna promenader liksom tillräcklig sömn. Den som sover mindre än sex timmar är tydligt mer sårbar vid sådana infektioner.

Att ha en sund andning i förhållande till sina medmänniskor

Om sjukdomen bryter ut gäller för närvarande karantän, varvid lättare fall även kan vårdas i hemmet. För mig är det viktigt att påminna sig det faktum att den antroposofiska medicinen under årtionden har samlat erfarenheter med behandling av virala och bakteriella lunginflammationer med antroposofisk medicin och yttre behandlingar utan antibiotika. Den kan vara utomordentligt verksamt. Läkare i den Medicinska Sektionen

har därför utarbetat ett terapiförslag och internationellt gjort det tillgängligt för läkar-kollegor.

Vad är det som försvagar lungan? Två ting: bristande relation till jorden och solen liksom sociala spänningar. Det är därför tillrådligt att skydda de egna lungorna, dessa andningsorgan, inifrån och utifrån, genom att försöka utjämna sociala spänningar. Den som står mitt i olösta sociala konflikter, är enligt min mening mera i farozonen. Medicinen har befrämjat tron att man kan skydda sig mot alla slags smittor med vaccinering. Det är felaktigt. Även en influensavaccinering erbjuder bara en skyddsnivå mellan 10 till 30 procent; att noggrant tvätta händerna och iaktta hygien när man snyter sig och hostar är också verksamt – utan eventuella vaccineringsbiverkningar. Det är ett viktigt steg att lösgöra sig från denna ängsliga, defensiva bild gentemot omvärlden och den egna kroppen och fråga sig vad man själv kan göra för att stödja kroppens livskraft och integritet.

*Ur tidskriften Das Goetheanum nr 11 2020
Översättning Göran Nilo
Fack- och språkgranskning Kristian Holmberg*

ATT SKYDDA DE ÄLDRE MÄNNISKORNA GENOM DEN EGNA IMMUNITETEN

Harald Matthes

*Kliniken Havelhöhe har som ett av de första sjukhusen i Berlin inrättat en Corona-poliklinik för Covid-19-patienter. **I mitten av mars** månad talade vi med den medicinske ledaren Harald Matthes, en tidpunkt när det i Tyskland fortfarande var mindre än 4 000 fall anmälda.*

Obs ! pga ständigt förändrade siffror dag för dag så har alla procentsiffror tagits bort ur denna artikel. Fackgranskarens anmärkning.

Hur är situationen nu i Berlin?

Harald Matthes: Vi är en av sex kliniker som nu testar patienter för virus i en separat Corona-poliklinik och i förekommande fall också behandlar dem. Det är en enorm anstormning av oroliga människor. Vi har därför beslutat oss för att polikliniskt ta hand om patienterna i ett eget isolerat hus på området, så att ingen vidare smitta kan ske. Vår poliklinik presenterades i kvällsnyheterna i TV . Dessutom har vi inrättat en hotline med fyra till sex ledningar där vi i ett första samtal med oroliga människor ger råd och i förekommande fall ber dem att låta sig testas i Corona-polikliniken. Enligt riktlinjerna från den tyska folkhälsomyndigheten kan vi bara virustesta människor, som redan visar symptom, så att människor, som exempelvis kommer från Sydtyrolen eller som varit i kontakt med smittade och bara vill göra det för säkerhets skull, för att se om de är friska, inte alls ska komma. I andra kliniker trängs alla dessa fall, som utgör 90 procent av förfrågningarna, och proppar igen jour- och akutmottagningar. Att göra en första selektion via hotline på telefon har visat sig vara en stor hjälp.

Ökar antalet fall?

Förra måndagen hade vi 130 patienter av vilka vi testat 54. Vid Charité (det är ett av Europas största universitetssjukhus och är beläget i centrala Berlin. Wikipedia) var det 100. Dag 2 anmälde sig 322, av vilka bara 65 kom till polikliniken. Genom dessa sonderande samtal undviker vi varje form av tumult och alla människorna samlas inte i entréerna där de eventuellt blir smittade. Vi träffas dagligen i krisstaben och det visar sig att vi genom den inkopplade telefonrådgivningen, som blir första kontakten, kan utföra en effektiv sortering: Alla patienter som vi testat positivt sätts i karantän och patienterna utfrågas om alla sociala kontakter under de senaste fyra till sju dagarna. Det är då genomsnittligt 30 människor som också måste gå i karantän. Tills nu har vi kunnat bemästra denna anstormning bra i Corona-polikliniken. Betydligt mer problematisk är kapaciteten hos Berlins laboratorier. I början fick vi svar på testerna efter fyra till åtta timmar, nu måste vi redan vänta 24 timmar eller längre på beskedet.

För klinikpersonal med oskyddad direktkontakt har karantänkravet tagits bort i Berlin och de ifrågakommande medarbetarna måste nu ständigt bära ett adekvat munskydd. Sådana medarbetare testas vid första, femte och tionde dagen för en möjlig infektion eller vid direkta symptom. På det sättet kan vi upprätthålla en bra verksamhet.

Hur kommer de kommande veckorna att se ut?

Antalet smittade kommer att växa vidare exponentiellt. Det handlar egentligen inte om att förhindra utbredningen. Ty, som sagt: på grund av den begränsade kapaciteten kan vi

bara testa människor som redan visar symptom. Flertalet av de smittade är praktiskt taget symptomfria eller har bara lindriga symptom. Dessa fångar vi alltså överhuvudtaget inte in. Det betyder att en starkt tilltagande spridning fortsätter. Av alla som testats positivt på Coronavirus visar en mindre andel kraftigare symptom och en del av dem måste läggas in för behandling, då de har andnöd och kan få en lunginflammation. En liten andel av alla smittade behöver då en respiratorbehandling. Medan patienter med bakteriell lunginflammation i genomsnitt måste behandlas med respirator under 5 till 7 dagar, handlar det vid Coronainfektion om dubbelt, till tredubbelt så många dagar. Under den närmaste tiden ser vi att här kommer en flaskhals att uppstå. I Havelhöhekliniken har vi fördubblat vår respiratorkapacitet och kan stegra den till det tredubbla. Det kaos Italien upplevde, berodde på bristen på respiratorer. Små sjukhus har just i detta avseende bara en liten kapacitet. Dödligheten i Italien rusade tragiskt nog i höjden på grund av detta.

Vad borde nu ske?

Vi måste skyndsammast investera i en högre respiratorkapacitet. Detta synes mig viktigare än att hålla drabbade företag under armarna. Vi inser att inte ens drastiska åtgärder kan förhindra spridningen av Covid-19. Hela det sociala livet binds nu upp. Även att sätta församlingsgränsen till 1 000 människor är en abstrakt storlek, för 50 människor i ett dåligt genomvädrat rum smittar snarare varandra än 1 000 människor med tillräckligt avstånd från varandra i en stor arena. Det är inte särskilt meningsfullt att sätta sådana allmänna mängdgränser. Också som i fallet Italien, att sätta ett helt land i karantän, synes mig mer som ett spel för gallerierna än verklig krishantering. Infektionerna kommer att öka också där. Vi vet ju att barn och unga människor bara har en dödlighet på 0,02 procent. Viruset blir först farligt i de högre åldrarna, så hela vår uppmärksamhet borde ligga där. Man kallar det ett riskstratifierat handlingsätt. Låt oss inte glömma: Ett vaccin kommer vi att ha tidigast om ett år, så pandemin kommer först att upphöra när 60 till 70 procent av befolkningen har genomgått sjukdomen och på det sättet kunnat bygga upp en immunitet. Nu handlar det alltså om att förse de äldre människorna, och de som erbjuder dem omsorg, med skyddsmasker och att möjligast många yngre människor blir immuna mot viruset och att vi på det sättet uppnår en flockimmunitet större än 70 procent. Ur det perspektivet menar jag att nuvarande strategi att stänga förskolor och skolor är kontraproduktivt. Ett riskstratifierat handlingsätt borde helt inriktas på de äldre människorna och deras skydd.

Hur ska sådana beslut kunna fattas?

Den konventionella medicinen låter sig övervägande ledas av patogenesen: det som gör oss sjuka, således viruset, måste förintas. Ur ett salutogenetiskt perspektiv handlar det om att utveckla immunitet mot sjukdomen. Vi borde gå från det patogenetiska till det salutogenetiska konceptet. Ur detta, för den antroposofiska medicinen mycket förtrogna perspektiv, är det bäst att de yngre människorna smittas, för att på så sätt bygga upp en flockimmunitet och i slutändan skydda de äldre människorna. Detta är en analys som förts fram i en del vaccinationsdiskussioner. Att blåsa upp en panik – också medialt – har nu skett i en sådan utsträckning att även unga människor, som i de flesta fall överhuvudtaget inte kommer att märka något när de blir smittade, visar hysteriska och emotionella reaktioner. Skolmedicinen, som menar sig vara så rationell och saklig, reagerar nu panikartat och emotionellt – det har något ironiskt över sig. Själv blir jag inte överraskad över att medarbetarna i vår klinik kan bibehålla en god, positiv stämning även om belastningen är hög. De är förtrogna såväl med den salutogenetiska som med den patogen-

etiska människobilden och det hjälper att ta läget på allvar och samtidigt bibehålla sin tillförsikt och förbli starka.

*Ur tidskriften Das Goetheanum nr 12 2020
Översättning Göran Nilo
Fack- och språkgranskning Kristian Holmberg*

Pandemisk hälsa

Kommentar av Wolfgang Held, chefredaktör för tidskriften Das Goetheanum

Som så mycket annat i vår tid är coronasjukdomen motsägelsefull. Det är "bara" en influensa som de flesta människor kan gå igenom, men den drabbar hela mänskligheten och framförallt de äldre och svagare. I samband med klimatkrisen verkar knappast tredubbla steg vara möjliga, men viruset lyckas göra ett språng: ändring av vanor, undvika att handhälsa, arbeta hemma, avstå från onödiga resor. "Det är ångesten, på grund av den gör vi mycket", säger Isabel Berg med en axelryckning. Hon driver butiken med biodynamiska grönsaker där halva Dornach handlar. Ännu något motsägelsefullt: sjukdomen hotar inte bara försvagade organismer, utan också försvagade samhällsekonomier - Italien, Grekland. Sjukdomen förmörkar inte bara, den kastar också ett ljus, genom att visa att våra samhällen har förmågan att ändra sina vanor och rutiner. "Varje sjukdom leder till en ny hälsa", betonade Georg Glöckler i sina föredrag om människokunskap. Om en personlig sjukdom banar vägen till en ny personlig hälsa, så kan man förmoda att en pandemi öppnar dörren för en ny hälsosituation i mänskligheten. För några veckor sedan recenserade vi i *Das Goetheanum* Stefan Rufs bok om klimatförvandling. Hans credo är där: mänskligheten måste gå i terapi för att kunna vakna upp till ett atmosfäriskt medvetande. Vi har ännu inte nått coronasjukdomens höjdpunkt och vår blick når inte långt. Men vid foten av krisen är kanske, den rätta tidpunkten inne för följande fråga: "Vilken ny hälsa kan vi uppnå med och genom denna sjukdom - inte som enskild människa, utan som mänsklighet?"

*Ur tidskriften Das Goetheanum nr 12 2020
Översättning G Nilo*