

# Ostfriesische Ärzte für gesundheitliche Aufklärung

Bedingt durch die aktuelle gesundheitspolitisch/gesellschaftliche Situation (sog. Corona-Krise) haben sich in Ostfriesland Ärzte verschiedener Fachrichtungen zusammengeschlossen. Unsere Absicht ist es, im Rahmen der „Corona-Krise“ sachliche Aufklärungsarbeit zu leisten.

Übereinstimmend stellen wir im Rahmen unserer ärztlichen Tätigkeit fest, daß viele Patienten wegen der zum Teil widersprüchlichen Informationen und Maßnahmen sehr verunsichert sind. Weiterhin fällt uns auf, daß, bedingt durch die von der Regierung bzw. vor Ort durch Schulen und Arbeitgeber noch strenger modifizierten Vorgaben und die durch die Berichterstattung bestimmter Medien entstandenen Ängste, gesundheitliche Störungen bei unseren Patienten auftreten.

Dies sind unter anderem: Verschlechterung schon vorbestehender depressiver Erkrankungen, Dekompensation psychotischer Störungen, Vereinsamung alleinstehender Menschen und Heimbewohner mit Neuauftreten depressiver Verstimmungen, verminderte soziale Bindung bei derzeit fehlender Regelbeschulung und Verbot von Spielen in Gruppen bei Kindern, Hauterkrankungen durch übertriebene Hygienemaßnahmen (Ekzeme an Händen durch zu häufiges Waschen und Hautausschläge im Gesicht unter Mund-Nase-Bedeckung).

Wir sehen weiter Herabsetzung der motorischen Entwicklung bei Kindern und zunehmende Immobilität der Senioren sowie verminderte Immunität durch Aussetzen von Trainingsmöglichkeiten, Reha-Sport und Sportveranstaltungen, verminderte Diagnostik von Erkrankungen durch Aussetzen von Vorsorgeuntersuchungen, Verschlechterung bestehender chronischer Erkrankungen (z.B. Diabetes, Herzerkrankungen) durch fehlende Kontrolluntersuchungen, verspätetes Aufsuchen von Ärzten wegen bestehender Ängste.

Es herrscht Verzweiflung bei Sterbenden und deren Angehörigen, die sich einerseits oft in der Sterbephase nicht verabschieden können und dann weiter durch Minimierung der Trauerfeiern (max. Personenbegrenzung, keine Teetafel) traumatisiert werden, sowie zunehmende Zukunftsängste und Depression bis hin zur Suizidalität durch die wirtschaftlichen Auswirkungen (Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit) bei nicht absehbarem Ende.

Es liegen inzwischen ausreichend gesicherte Studiendaten (Prof. John Ioannidis, Professor Hendrik Streek {Heinsberg-Studie}) vor, die belegen, daß sowohl die Infektiosität als auch die Sterblichkeit der Covid-19-Infektion mit einer Influenza vergleichbar ist. Es zeigte sich, daß 22% aller Verläufe asymptomatisch (ohne Symptome) sind, weitere 8% haben ausgesprochen milde Verläufe (somit haben also 30% der Infizierten kaum spürbare Beschwerden); die Sterblichkeit der Erkrankung liegt bei 0,37% mit einem durchschnittlichen Sterbealter von 81 Jahren bei einer generellen durchschnittlichen Lebenserwartung in Deutschland von 80,76 Jahren. Das Infektionsrisiko beträgt bei einem 2-Personen-Haushalt nur 40%, bei einem 4-Personen-Haushalt 18%. Einer weiteren Studie zufolge (Jones et al. 2020, L'Huillier et al 2020) sind bei Kindern in den oberen Atemwegen keine höheren Viruskonzentrationen nachweisbar, so daß sich die Übertragung durch Kinder minimiert.

## Pressemitteilung

Wie die jüngsten Ereignisse zeigen, gibt es immer noch Neuinfektionen mit Covid-19. Wir sollten aber lernen mit diesen anders umzugehen. Eine Mutter nimmt ihr krankes Kind selbstverständlich in den Arm und tröstet es. Auch einem kranken Erwachsenen tut Empathie, Pflege durch körperliche Berührung und Nähe gut. Statt dessen grenzen wir aus und behandeln unsere Patienten, als ob sie die Pest oder Cholera hätten.

Menschen mit einem intakten Immunsystem werden die Erkrankung gefahrlos durchlaufen. Wenn Erkrankungen nur durch Erreger verursacht würden, müßten wir Ärzte oder das Pflegepersonal in jeder Grippezeit anhaltend krank sein.

Louis Pasteur soll auf dem Sterbebett seinem Gegner Béchamp recht gegeben haben: „Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles“.

Krank werden wir, wenn unser Immunsystem zum Beispiel durch privaten oder arbeitsbedingten Stress geschwächt ist.

Daher macht es Sinn, unsere Abwehrkräfte zu stärken durch gesunde, vitaminreiche Ernährung, Erholungspausen, Vitamin-D-Substitution im Winter, ggf. nötige Gewichtsreduktion, Sport, Aufenthalt an der frischen Luft u.a.

Gerade für die herausragende Rolle einer adäquaten Vitamin-D-Versorgung bei Covid 19-Erkrankungen existieren neue gesicherte Studien-Ergebnisse (Ilie, P. C. et al. 2020).

Daß man Menschen mit einem zum Beispiel durch Medikamente geschwächten Immunsystem oder ältere Mitbürger schützen sollte, ist selbstverständlich, das war schon immer so. Dies erreicht man aber nicht durch Wegsperren, würdelose Besuchsbedingungen in Altersheimen oder andere Zwangsmaßnahmen. Auch Freude, Gemeinschaft, Singen, Feiern stärken das Immunsystem und fördert unsere Gesundheit.

Angesichts der zunehmenden medizinischen, sozialen und wirtschaftlichen Schäden halten wir es für gerechtfertigt und erforderlich dem Leben wieder Leben zu geben, indem die bestehenden Maßnahmen umgehend und umfassend gelockert werden und ein normaler Schul- und Kindergartenbetrieb ohne Mund-Nasenschutz, wie auch von kinderärztlichen Fachgesellschaften gefordert, wieder aufgenommen wird (Stellungnahme DGKH, DAKJ, bvkJ, DGPI vom 18.5.2020).

Gezeichnet: Dr. Manfred Dittmar, Dr. Thomas Fein, Gisela Heddinga, Dr. Insa Hilbers, Dr. Friederike Lindeburg, Heinz Lindeburg, Friederike Steckstor, Gisela Stehle, Dr. Gabriele Zeller.

(Literatur bei den Verfassern)