

## Meine Corona-Angst

*„Wo ihrer drei beisammen stehn; Da soll man auseinander gehn.  
Des Nachts soll niemand auf den Gassen Sich ohne Leuchte sehen  
lassen. ... Vertrauet Eurem Magistrat, Der fromm und liebend  
schützt den Staat; Durch huldreich hochwohlweises Walten; Euch  
ziemt es, stets das Maul zu halten. Heinrich Heine. Erinnerung  
aus Krähwinkels Schreckenstagen (1854)*

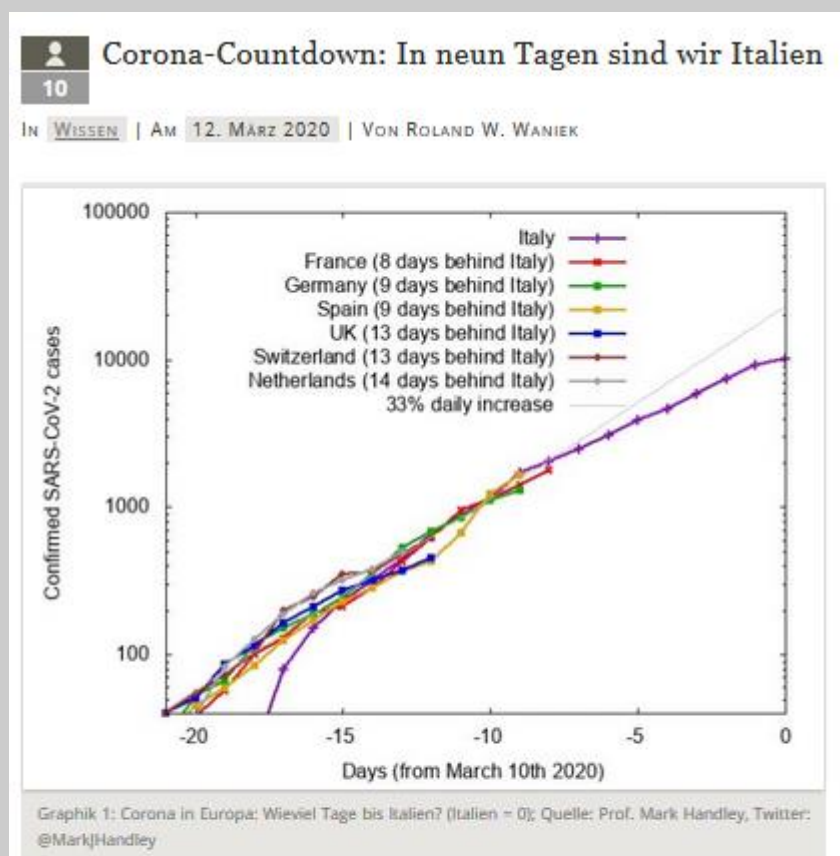


Sex in Zeiten von Corona. Bildquelle unbekannt, kursierte 1987 zu Beginn der HIV-Epidemie

## Angst, Stress, Panik

Angst entsteht durch zu viel Information, die nicht in einen sinnvollen persönlichen Zusammenhang eingeordnet werden kann. Wird Angst nicht beruhigt (durch Vermittlung von Sicherheit), erzeugt weitere Informations-Flut Stress. Und besonders Hilflöse reagieren panisch.

Stress ist angesichts von Infektionskrankheiten ungünstig, weil das Immunsystem bei äußeren Bedrohungssituationen u.a. durch Kortison abgeschaltet wird. Und in Erstarrung und Panik greift es desorientiert und ineffektiv als Mögliche an, auch eigene Zellen.



Ungläubig-gebannt blicken wir alle nach Italien: Ein Land, das sich selbst unter General-Quarantäne gestellt hat. Ein Land, in dem das öffentliche Leben komplett zum Stillstand gekommen ist. Ein Land, das fest eingefroren ist unter dem Eispanzer des Corona-Virus. Typisch südländische Schlamperei? Nicht vorstellbar, dass es bei uns so weit kommt? Doch, sehr wohl vorstellbar – und vor allem mathematisch vor-rechenbar. In neun Tagen werden auch wir Italien sein.

„In neun Tagen sind wir Italien!“ [www.ruhrbarone.de](http://www.ruhrbarone.de), 12.03.2020

Heute, 9 Tage später, „sind wir nicht Italien“. Warum? Könnte es sein, dass in der Lombardei die Lufterschmutzung besonders groß ist? Oder gibt es andere Ko-Faktoren? Das Virus ist jedenfalls das Gleiche.

Nur der Zeitpunkt des Corona-Ausbruchs war überraschend:

- China hatte nach der SARS-Epidemie 2002 an vielen Orten nicht gelernt fürsorglicher mit Tieren und Wildtieren umzugehen (zum Beispiel auf Märkten). Folglich konnte jederzeit wieder ein SARS-ähnliches Virus aufpoppen.
- Die extrem hohe Feinstaubbelastung in den Megastädten (wie u.a. in China) bietet beste Voraussetzung für die Virus-Verbreitung und für schwere Verläufe von Lungenkrankheiten.

Allerdings war man in China in der Behandlung von SARS erfahren (10 % Sterblichkeit). SARS-CoV-2 schien zudem weniger gefährlich zu sein als SARS. Es verhielt sich eher wie eine gewöhnliche saisonale influenza-ähnliche Infektion (mit relativ geringer Sterblichkeit und relativ leichter Verbreitung von Mensch zu Mensch). Warum hätte man sich deshalb viele Sorgen machen müssen?

Ich sah zunächst eher die Chance, dass Gesundheitsbehörden lernen könnten, dass

- influenza-ähnliche Viren nicht unbedingt harmloser sein müssen als Influenza, und dass daher die jährliche Vermarktung von Influenza-Impfungen nur von begrenzter Wirkung sein kann,
- es (wie immer im Winter und Frühjahr) notwendig ist, besonders auf (Hand)-Hygiene zu achten und die Bevölkerung über einfachste

Vorsichtsmaßnahmen aufgeklärt werden müsste,

- es zur Stabilisierung einer effektiven Immun-Funktion nötig ist, sich viel zu bewegen, sich ausgewogen zu ernähren, nicht zu rauchen, viel zu schlafen und möglichst stress-arm zu leben.

All diese einfachen Botschaften waren in dem vergangenen Jahrzehnt weitgehend verdrängt worden, weil es jeweils im Herbst hauptsächlich um die Vermarktung des Influenza-Produktes ging.



The image shows a screenshot of a news article from Süddeutsche Zeitung. The top part features the newspaper's masthead in green and black text: "Süddeutsche AM WOCHENEN". Below this, it says "WWW.SÜDDEUTSCHE.DE", "HF2", and "MÜNCHEN, SAMSTAG/SONNTAG, 14./15. MÄRZ". The main headline is "Unsichtbarer Feind" in large white letters on a dark green background with a virus illustration. A sub-headline reads "Umgang mit Corona im Silicon Valley". The main article title is "Zwischen Paranoia und Pathos" in bold black text, with a small "B+" icon to its left. Below the title, it says "Die US-Tech-Branche reagiert hemmungslos panisch auf die Pandemie". The article's main title is "Coronavirus: Wie viel Panikmache ist gesund?". At the bottom left, it says "Eine Kolumne von Nicole Diekmann" and "11.03.2020, 14:11 Uhr".

„Unsichtbare Feinde“ (SD, 14.03.2020) gehören zum „Kriegsszenario der Medizin“ des 19. Jhh. Im 21. Jhh. weis man es besser: Menschen sterben nicht an Viren, sondern an der Art, wie ihr Immunsystem fehlgeleitet oder „panisch“ mit ihnen umgeht. Deshalb wäre es spannend zu fragen, warum Menschen trotz viralen Belastungen gesund bleiben, und wie man solche

intelligenten Immunreaktionen fördern könne. Warum wird diese Frage nicht gestellt? Statt dümmlichen Fragen wie: „Wieviel Panik ist gesund?“ (T-online (im Bild) 11.03., und Spiegel-Titelseite am 13.03.2020 – Ausgabe 12/2020). Diese Antwort ist ganz einfach: „Gar keine Panik!“. Denn panisch reagiert das Immunsystem auto-immun und manchmal auch tödlich. Wie wäre es eigentlich, wenn die Medien mit der gleichen Leidenschaft gegen die Todesfälle „ankämpfen“ wollten, die als Folge des Straßenverkehrs entstehen (Todesfälle durch Unfälle und durch Krankheiten als Folge von Ozon, Stickoxid oder Feinstaub-Belastungen). Wenn man mit gleicher Entschlossenheit, mit der Kindergärten geschlossen werden, ein Tempolimit von 100 km/h verlangen würde (Beispiel: Holland)? Oder wenn man angesichts der Corona-Infektion (vorübergehend) den Verkauf von Zigaretten verbieten würde?

## Pandemische Panik und die Folgen

Neben der Dynamik der Virus-Verbreitung entwickelte sich eine Info-demie. Die gewaltigen Bekämpfungsmaßnahmen in China, mit denen es tatsächlich gelungen zu sein scheint, die Verbreitung einer Influenza artigen Infektion einzudämmen, hatten ungeahnte, starke und globale psychologische Auswirkungen. Die umso dramatischer ausfielen, als die Erkenntnis dämmerte, dass das brutale chinesische Vorgehen gegen die eigene Bevölkerung in Europa und in den USA nicht wiederholt werden kann. Folglich wird sich dort die Infektion ausbreiten, wie andere influenza-ähnliche Infektionen auch, solange bis mehr als 50 % der Bevölkerung infiziert sind.





Ausgeliefert an das Medizinsystem und hoffen, dass es gut geht. Patientin mit Spinalanästhesie beim Kaiserschnitt. Bild: Jäger, Laos 2020

Es sind vor allem die psychologischen, sozialen und politischen Folgen, die mir Sorgen machen:

Denn, der Umgang mit der SARS-CoV-2-Pandemie

- verdrängt (hochwirksam) alle anderen Themen, mit denen sich die Menschheit dringend beschäftigen müsste: Umwelt-Verdreckung, Feinstaub, Klimawandel, Rohstoff-Kriege ... Der Anlass diese ungeliebten Themen weiter weg zu schieben kommt also sehr gelegen.
- wird (weil die Wirtschaft gerade einbricht) zu einer neuen dynamischen Wachstums-Ideologie führen ... Appelle an ein „Ende des Wachstums“, „Transformation“ oder die „Förderung nachhaltigen Verhaltens“ (also für

einen Bewusstseins-Wandel des Menschen vom Schädling zum Nützlichling) werden noch stärker zur Seite geschoben werden als bisher.

- zeigt, dass das Modell des neo-konfuzianistischen Disziplinierungs- und Kontroll-Staates hoch-effektiv ist (hin zu einer voll-digitalisierten Verameisung). Der „Westen“ dagegen, mit seinem zunehmend zerbröselnden Wertesystem, scheint ins Hintertreffen zu geraten.
- wird einen zweiten Tsunami auslösen: Es wird eine Schwemme von anti-viralen Medikamenten und Impfstoffen geben, die den, durch Medien und Politik weit geöffneten, Markt überfluten werden. Alle Mundschutz-Träger\*innen gieren nach Lösungen. Sie werden fordern, dass der Staat die künftigen Marktstrategien (ähnlich wie 2009) massiv finanzieren solle. So als habe man aus der damaligen Vermarktung der Blogbuster, die sich im Nachhinein als Flop erwiesen, und mehr schadeten als nutzten, nichts gelernt. Und es würde mich auch nicht wundern, wenn dann eine Impfpflicht für Risikopersonen gefordert würde („ohne Impfung keine Beatmung“). Oder warum nicht auch gleich eine „Corona-Impfpflicht für Kinder“, um den Bevölkerungsschutz zu sichern. Führende Wissenschaftler, die bei der Erstellung medizinischer Produkte beteiligt sind fordern bereits, angesichts der Katastrophe die Sicherheitsstandards der Zulassung zu senken.
- hat die Politik erfolgreich medikalisiert, mit einem Medizin-Modell, das aus dem 19. Jhh. stammt: „Ein äußerer Feind bedroht uns und muss vernichtet werden“. Durch Isolation (mit psychischen und körperlichen Folgen) und den Verkauf von Produkten, die schützen sollen. Behielte die Politik die Kontrolle, würde sie auch fragen, warum so viele infizierte Menschen gesund bleiben, und was dazu führte, dass deren Immunsystem vernünftig reagierte. Und was man künftig tun könnte, um Gesundheit zu fördern (statt nur reflexartig Krankheit zu bekämpfen). Kommt nach Medikalisierung fast aller Gesundheitsbereiche, jetzt eine Gesundheitsdiktatur?
- wird (heftige?) gesundheitliche Auswirkungen haben? Zum Beispiel hinsichtlich als Erkrankungs- und Sterblichkeitsraten bzgl. psychiatrischer Erkrankungen (Depression, Angst-Panik-Störungen, Suizid-Gedanken), Erkrankungen des Bewegungsapparates, Immunstörungen und auch des Verlauf von chronischen Erkrankungen bei alten Menschen.
- wird sich auch auf die körperliche, psychische und sozial-kommunikativen Entwicklung von Kindern auswirken,
- wird den Trend zu einem zentralgelenkten durch kommerzialisierten Gesundheitssystem, bei dem Effizienz und Gewinnmaximierung im Vordergrund stehen, eher verstärken. Um sich aber auf chronische und

ungewöhnliche Herausforderungen einstellen zu können, müsste Gesundheit als „staatlich gesicherte Daseinsfürsorge“ wahrgenommen werden, um nötige Gesundheitsziele zu erreichen. Das Gesundheitsministerium müsste sich tatsächlich mit Strategien beschäftigen, die Gesundheit fördern, und nicht nur damit, wie auf Krankheiten zu reagieren ist; oder, wie der Kuchen im Wachstumsmarkt der Medizin verteilt werden soll.

*„... Dieser geschlossene, parzellierte, lückenlos überwachte Raum, innerhalb dessen die Individuen in feste Plätze eingespannt sind, die geringsten Bewegung kontrolliert und sämtliche Ereignisse registriert werden ... Ist das kompakte Modell einer Disziplinierungsanlage. Die Bannung der Pest ... war der Traum von einer disziplinierten Gesellschaft.“ Michel Foucault. Überwachen und Bestrafen. Die Geburt des Gefängnisses. Suhrkamp 1993 (1976)*

Mehr

- [Info-demie](#)
- [Covid-19](#)
- [Ökosystems Mensch. Gyn. Praxis 2020, 46\(2\)187-197](#)

*„If we decide to jump off the cliff, we need some data to inform us about the rationale of such an action and the chances of landing somewhere safe.“ Ioannides 2020*

Kommentare & persönliche Einschätzungen



- Bhakdi, S.: [www.youtube.com/watch?v=JBB9bA-gXL4](http://www.youtube.com/watch?v=JBB9bA-gXL4)
- Drosten, Ch: [NDR 18.03.2020](#) [FAZ 20.03.2020](#): [Warum sterben so viele in Italien?](#)
- Hontschik, B: [Gesundheitsdiktatur 21.03.2020](#) Mölling, K. ([moelling.ch](#)): [Interview 14.03.2020](#)
- Ioannides, J. (<https://profiles.stanford.edu/john-ioannidis>):
  - „A fiasco in the making? As the coronavirus pandemic takes hold, we are making decisions without reliable data“ [STAT 17.03.2020](#)
  - Droht uns ein Fiasko?  
<https://www.naturstoff-medizin.de/artikel/droht-uns-ein-fiasko-waehrend-die-coronavirus-pandemie-um-sich-greift-treffen-wir-entscheidungen-ohne-verlaessliche-daten/>
- Jefferson, T. (Head Cochrane Team Influenza): [BMJ 02.03.2020](#)
- Straubhaar T:  
<https://www.capital.de/wirtschaft-politik/thomas-straubhaar-die-oeffentliche-meinung-wird-kippen>
- Wodarg, W.: [wodarg.com](#) , [Interview 23.03.2020](#)