

# Koronavirus

Georg Soldner

Goetheanum-lehti 12.3.2020

Eläinlääkäreille koronavirukset ovat osa jokapäiväistä elämää, mutta nyt koronavirus SARS-CoV 2 on ylittänyt esteen ja tullut ihmisiin. Mikä on virus, miten se hyökkää ihmisen organismiin ja miten voimme reagoida?

Virukset liittyvät läheisesti kehon fyysiseen puoleen. Ne ovat lähtöisin perimäaineksesta ja voivat sen tavoin vaikuttaa solujen aineenvaihduntaan ja vieraannuttaa sen täten elimistöstä.

Tartuntatapauksessa virukset tunkeutuvat organismiin.

Organismi tunnistaa, että virukset tekevät tietyt solut vieraiksi soluiksi, jotka alkavat tehdä jotain muuta kuin mikä on parasta kokonaisuudelle. Se alkaa kääntyä näitä soluja vastaan poistaakseen ne. Juuri tämä luo nyt puhkeavan taudin oireet: organismi yrittää päästä eroon tartunnan saaneista soluista ja päästä eroon hyökänneistä viruksista käyttämällä esimerkiksi yskää, kuumetta ja limaa apunaan. Jokainen, joka kuolee virusinfektioon, voidaan siten nähdä myös oman immuunipuolustuksensa uhrina, jonka säätely on ilmaissua yksilöllisestä 'minä-organisaatiosta', minän läsnäolosta kehossa.

## Vieraantuminen kehosta

Mitä enemmän ihminen on jo tilanteessa, jossa ruumiillisuus on muuttumassa hänelle vieraaksi, sitä herkempi hän on tälle virussairaudelle, jota nyt kutsutaan COVID-19:ksi. Tämä pätee

tietysti erityisesti vanhemmassa iässä, kun luut kutistuvat ja lihasmassa vähenee, ja kroonisten sairauksien yhteydessä.

Koronavirusinfektiot ovat erityisen vaikeasti hoidettavissa yli 80-vuotiailla ja tyypin II diabetes- tai sydän- ja verisuonisairauspotilailla. Mitä vähemmän minuus on läsnä kehossani, mitä vähemmän olen täysin läpäissyt kehoni tässä mielessä, sitä helpommin infektio voi levitä kehossa ja sitä vakavampia seuraukset voivat olla. Tietysti on tärkeää, kuinka positiivisen testituloksen omaavaa henkilöä hoidetaan. Sairaantahmiset poistetaan usein äkillisesti kotiympäristöstään, ja heitä hoidettiin aluksi Kiinassa monien muiden sairaiden kanssa improvisoidussa majoituksessa. Valitettavasti tavanomaisessa lääketieteessä ei ole tässä tapauksessa hyödyllisiä lääkkeitä eikä rokotteita. Usein kuumetta vähennetään lääkkeiden avulla. Vakavissa tapauksissa lisähappi ja tarvittaessa väliaikainen koneellinen hengitysapu voivat kuitenkin pelastaa ihmishenkiä, minkä vuoksi on tärkeää, että kliininen hoito keskittyy vakavasti sairaisiin potilaisiin.

Kaiken tietomme perusteella ahdistus ja kuumetta alentava hoito tekevät potilaista pikemminkin sairaampia kuin terveempiä. Ihmisiä auttaa voittamaan sairauden erityisesti kaikki sellainen, mikä auttaa heitä olemaan täysin kehossaan ja lämmittämään kehoaan paremmin ja tuntemaan olevansa enemmän kotonaan itsessään. Siksi ei ole yllättävää, että tauti ei ole juurikaan vaarallinen lapsille. Tämä pitää paikkansa myös alle 50-vuotiaille, jolloin sairauden kulku vastaa yleensä tavanomaisen flunssan kulkua. Yskä, nuha ja väsymys ovat tyypillisiä varhaisia oireita. Edellisten lisäksi keuhkokuume voi olla sairauden vaarallisempi oire, joka ensiksi tunnistetaan pääasiassa korkeammasta hengitystiheydestä.

Suhde aurinkoon.

Tällä viruksella on erityisen kielteisiä ominaisuuksia lääketieteellisestä näkökulmasta katsoen. Organismien herääminen ja sille sen havainnon tekeminen, että kehossa on ulkopuolinen harmia aiheuttava vieras, voi viedä erittäin paljon aikaa. Taudista tunnetaan tapaus, jossa sairaus puhkesi vasta 27 päivää infektiosta jälkeen. Keskimäärin tämä ajanjakso on kuitenkin 5 päivää, ja 95 prosenttia kaikista tapauksista ilmenee 12,5 päivän kuluessa. Siksi sairastuneet asetetaan karanteeniin kahden viikon ajaksi. Tämä virus on myös tarttuvampi kuin normaali influenssavirus. Ihminen, jolla on normaali flunssavirus, tartuttaa keskimäärin 1,3 muuta ihmistä, kun taas koronavirus tarttuu todennäköisemmin 3 muuhun ihmiseen (erittäin tarttuvan taudin, kuten tuhkarokko tai hinkuyskä, luku on 12–18). Siksi tartuntojen määrä on korkeampi kuin influenssalla, ja taudin ilmentyminen vie myös kauemmin. Näiden ominaisuuksien yhdistelmä, joka suosii epidemian leviämistä, hermostuttaa lääkäreitä maailmanlaajuisesti.

Suhde eläinkuntaan

Iso arvoitus nousee kuitenkin esiin: mistä nämä ilmeisesti uudenlaiset virukset ovat peräisin ja miksi ne ovat kehittyneet? Mielenkiintoista on, että monet viruksista ovat peräisin eläimistä. Koronavirus tulee todennäköisesti Jaavan lepakosta. Joten miksi eläinkunnan viruksista tulee vaarallisia ihmisille? Me aiheutamme tällä hetkellä eläimille kärsimystä, josta ei juuri puhuta: suurimittaiset teurastukset ja kokeet laboratorioeläimillä aiheuttavat tuskaa, jolle eläinmaailma on avuttomana altistettu. Voiko tämä kärsimys johtaa seurauksiin, jossa virukset, jotka ovat

kotoisin eläinorganismista, muuttuvat? Olemme tottuneet katsomaan vain fyysistä ja näkemään sen olevan enimmäkseen erillinen mielestä ja tunteista. Suolistoflooran ja mikrobiomin tutkimus, joka sisältää paitsi bakteereja myös viruksia, osoittaa asian olevan päinvastoin. Tämä herättää paitsi mikrobiologisen kysymyksen viruksen alkuperästä myös moraalisen kysymyksen siitä, miten olla suhteessa eläinmaailmaan. Rudolf Steiner on viitannut näihin yhteyksiin yli 100 vuotta sitten. Nykyään meidän on tutkittava näitä suhteita ja esitettävä syvempiä kysymyksiä luonnontieteellisen analyysin lisäksi.

Mitä voimme tehdä?

On olemassa joukko toimenpiteitä, joita voimme toteuttaa henkilökohtaisessa elämässämme auttaaksemme elimistöämme voittamaan sairauden. Näitä ovat alkoholista pidättäytyminen, sokerin kulutuksen hillitseminen ja elämärytmin ylläpitäminen nukkuen riittävästi ja ollen aktiivisessa suhteessa aurinkoon. Immuunijärjestelmämme kärsii usein auringonvalon puutteesta, ja se on vakavimmillaan maaliskuussa. Vuoden mittaan katsottuna korkein kuolleisuusaste leveysasteillamme osuu maaliskuun loppuun. Tämä liittyy auringonvalon puutteeseen talvikuukausina ja muistuttaa meitä siitä, että on erittäin tärkeää mennä ulos joka päivä, ja talvella, jos mahdollista, ottaa keskipäivällä suhdetta periferiaan, yhdistää itsensä perustavanlaatuisesti kosmokseen. Perustaessaan antroposofista lääketiedettä, jo ennen D-vitamiinin löytämistä, Rudolf Steiner selitti tämän yksityiskohtaisesti esimerkiksi tuberkuloosin kohdalla. Immuunijärjestelmälle D-vitamiinitabletit voivat korvata auringonvalon saamisen vain rajoitetusti. Potensoitu fosfori ja vastaavasti potensoitu meteorinen rauta aamulla voivat myös tukea vastustuskykyä valoaineina. Niille, jotka ovat vanhempia ja joilla on ehkä sydän- ja

verisuonitauteja, suositellaan myös sydän- ja verisuonijärjestelmän antroposofisia peruslääkkeitä, säännöllistä kävelyä ja riittävää unta. Ne, jotka nukkuvat alle kuusi tuntia, ovat paljon alttiimpia tällaisille infektioille.

Terve hengitys ihmisten välillä

Jos sairaus ilmenee, suositellaan tällä hetkellä karanteenia, vaikka lieviä tapauksia voidaan nyt hoitaa kotona. Minusta tuntuu tärkeältä se tosiasia, että antroposofisella lääketieteellä on vuosikymmenten kokemus virus- ja bakteerikeuhkokuumeen hoidosta ilman antibiootteja antroposofisilla lääkkeillä ja ulkoisilla hoidoilla, jotka voivat olla erittäin tehokkaita. Lääketieteen osaston lääkärit ovat laatineet hoitosuunnitelman ja tuoneet sen kansainvälisten lääketieteellisten kollegoiden saataville.

Mikä heikentää keuhkoja? Kaksi asiaa: suhteen puute maahan ja aurinkoon sekä sosiaaliset jännitteet. Siksi on suositeltavaa suojata omat keuhkosi, tämä hengityselin, sisältä ja ulkopuolelta yrittämällä tasapainottaa sosiaalisia jännitteitä. Mielestäni ratkaisemattomissa sosiaalisissa konflikteissa olevat ihmiset ovat tässä yhä enemmän vaarassa. Lääketiede on edistänyt uskoa, että rokotukset voivat suojata kaikilta infektioilta. Tämä on virhe. Jopa influenssarokotus tarjoaa vain 10–30 prosentin suojan; huolellinen käsien pesu ja nenän niistäminen ja yskän hygienia ovat yhtä tehokkaita – ilman mahdollisia rokotuksen sivuvaikutuksia. Joten on tärkeä askel irtautua tästä pelon ja puolustautumisen kuvasta suhteessa ympäristöömme ja kehoomme ja kysyä, mitä me itse voimme tehdä tukeaksemme niiden elinvoimaa ja koskemattomuutta.

Julkaistu alun perin saksaksi viikkolehdessä «Das Goetheanum», 12. maaliskuuta 2020.

Käännös: Englanniksi Tascha Babitch ja siitä suomeksi Google-kääntäjän avustamana Pentti Okkonen. Alkukielestä tarkistanut Pentti Aaltonen.

Georg Soldner (s. 1958) on Lääketieteellisen osaston vt. johtaja Goetheanumissa Sveitsissä sekä Antroposofisen lääketieteen akatemian johtaja.