

DIE ERSTE PANDEMIE DES 21. JAHRHUNDERS

Leon (12) und seinen Bruder Viktor (9) kenne ich als fußballbegeisterte, durchtrainierte Jungs aus der Nachbarschaft. Nach dem ersten Lockdown im März 2020 kickten sie im Hof unseres Mehrfamilienhauses, um sich für ihr, wie man glaubte, vorübergehend ausgefallenes Mannschaftstraining fit zu halten. Seit einem Jahr fällt das Training aus. Im Hof ließen sich die beiden immer weniger blicken. Jetzt, so erzählt mir ihr Vater, sind aus den beiden Couch Potatoes geworden, die an ihren digitalen Endgeräten kleben und nur mit Mühe zu einer Radtour zu bewegen sind.

Auch ich habe mich getäuscht. Als die ersten Covid-19- Fälle bei Webasto in Starnberg sich als ziemlich harmlos darstellten, stellte sich der Eindruck her, ein übliches saisonales Erkältungs-Virus aus der Ecke der seit 50 Jahren bekannten Corona-Viren sei die Aufregung nicht wert. Mittlerweile wissen wir, dass SARS-CoV-2 ein hochgefährlicher Erreger und Covid-19 eine Systemerkrankung ist, die bei empfänglichen Menschen eine hohe Sterberate von 2 bis 3 Prozent (case fatality) aufweist und unsere Gesundheitssysteme an die Grenzen seiner Belastbarkeit führt. Im April 2021 werden weltweit mehr als 3 Millionen Menschen an Covid-19 verstorben sein, ein Ende der Pandemie ist trotz aller optimistischen Zahlen in Ländern mit hoher Zahl abgeschlossener Impfungen noch nicht in Sicht.

Inmitten des medialen Corona-Tsunami sollten wir aber klaren Kopf behalten und uns klarmachen:

Die Covid-19 Pandemie ist keine Naturkatastrophe. Wie alle Pandemien ist Covid-19 nicht zu trennen von menschlichen Verhaltensweisen, und wie alle Pandemien bzw. Epidemien, folgt Covid-19 dem „magic triangle“. Die Identifikation der Infektionsquelle(n), der Übertragungswege, und die Charakterisierung der empfänglichen Bevölkerung (Bevölkerungs-Teile) unterscheidet sich Covid-19 allerdings ziemlich von bisher bekannten Seuchen.

Das HIV-Virus, der Erreger von AIDS, der großen Pandemie am Ende des 20. Jahrhunderts und – fortbestehend - des 21. Jahrhunderts, kam aus dem Tierreich. Schimpansen Westafrikas gelten heute als Infektionsquelle, lokale Kriege und Prostitution verbreiteten den Erreger. Der sexuelle Übertragungsweg definierte die empfängliche Bevölkerung: Junge, sexuell aktive Erwachsene. Gegen das Virus gerichtete Medikamente, ein System spezialisierter Arztpraxen und die Propagierung präventiver Verhaltensweisen (Safer Sex) haben uns mit dem HIV leben gelernt. HIV mutiert, aber selbst für resistente Mutanten stehen effektive Medikamente zur Verfügung. Mit HIV lebt die Welt seit ca. 40 Jahren, von einer Ausrottung der Infektion sind wir aber, trotz immer wieder aufflammendem Optimismus, weit entfernt.

Auch Covid-19 begann mit einer Grenzüberschreitung. Ausgehend von Fledermäusen wurden auf Märkten gehandelte Wildtiere Ostasiens (Tibet-Katzen, Gürteltiere) zur Infektionsquelle. Der Sprung auf die Spezies Mensch war so leicht vollzogen. Der Übertragungsweg des Virus über Aerosole ist hocheffizient, jeder Mensch muss schließlich atmen. Der globale Reiseverkehr verbreitete das Virus in wenigen Tagen auf allen Kontinenten. Empfänglich für SARS-CoV-2 ist grundsätzlich jeder Mensch, doch zeigte sich schnell, dass ältere Menschen und Menschen mit bestimmter Disposition (Übergewicht) oder Vorerkrankung (Diabetes, koronare Herzerkrankung) eine besonders hohe Sterblichkeit von 10 bis 15 % aufweisen.

Warum sind diese Menschen besonders empfänglich und gefährdet?

Unser Immunsystem altert. Der für die Abwehr von Virus-Infektionen (und Krebs) entscheidende zelluläre Arm des Immunsystems wird mit der hormonellen Alterung (i.d.R. um das 60. Lebensjahr herum) schwächer. Der sogenannte humorale Arm (die Bildung von Antikörpern) überwiegt; nicht selten sind diese Antikörper nicht sehr

„treffsicher“ und richten sich gegen eigenes Körpergewebe. Man spricht von Autoimmunität. Mit dem Altern einher geht ein Phänomen, das ursächlich mit der Entstehung von Diabetes, Arteriosklerose und Alzheimer verbunden ist. Das Immunsystem ist ständig niederschwellig aktiviert, ein Zustand, der als „silent inflammation“ bezeichnet wird.

Menschen mit Übergewicht befinden sich im sogenannten „metabolischen Syndrom“, das ebenfalls durch diese besondere Art der stillen Aktivierung des Immunsystems gekennzeichnet ist. Die besondere Gefährlichkeit (Virulenz) von SARS-CoV-2 ist es, aus dem Zustand der unbemerkten „silent inflammation“ einen sogenannten Zytokinsturm zu entfesseln, gleichzeitig das Gerinnungssystem zu aktivieren und autoimmune Prozesse auszulösen. Letztere dürfte die Ursache von mittlerweile gefürchteten Folgezuständen nach durchgemachter Erkrankung sein. Patienten mit „Long Covid“ leiden an u. a. Chronischer Müdigkeit. Die von anderen Virusinfektionen bekannte „Postviral Fatigue“ scheint bei Covid-19 wesentlich schwerer zu verlaufen. Da die Corona-Impfstoffe den auslösenden Faktor dieser Prozesse, das Spike-Protein des Virus beinhalten, treten bei besonders disponierten Personen eben diese autoimmunen Prozesse als, zum Glück, seltene Nebenwirkungen der Impfung auf.

Das Virus mutiert, und es tut das in einer offensichtlich unerwarteten fatalen Weise. Die Mutante B.1.1.7, die „britische“, ist offensichtlich virulenter als das bisher verbreitete leicht modifizierte ursprüngliche „Wuhan“-Virus. B.1.1.7. verbreitet sich leichter, verursacht schwerere Krankheitsbilder und dies auch bei jüngeren Altersgruppen. Im März 2021 hat es das bisherige bereits bei nahezu 2/3 der neuen Infektionen ersetzt.

Im brasilianischen Manaus hat die erste Corona-Welle offensichtlich bei mehr als 50 % der Betroffenen eine Immunität hinterlassen. Diese Herdenimmunität wird von einer Mutante unterlaufen, die Infektions- und Erkrankungszahlen steigen im Frühjahr 2021 rasant an. Die südafrikanische Variante entzieht sich der durch den Astra

Zeneca-Impfstoff erzeugten Immunität. Schon prognostizieren Wissenschaftler, die breite Impfung der Bevölkerung gegen die herkömmlichen Virus-Varianten begünstige geradezu das Auftreten neuer Mutanten.

Bei der Beschreibung der AIDS-Pandemie konnten die Epidemiologen, mittlerweile größtenteils Biostatistiker und Mathematiker, von einer klaren Prämisse ausgehen: Jeder mit dem Virus infizierte Mensch konnte das Virus weitergeben, jeder Infizierte würde irgendwann erkranken und an AIDS sterben. Jeder Nachweis von HIV war ein Fall.

Dieses Konzept auf Covid-19 zu übertragen ist problematisch. SARS-CoV-2 führt keineswegs obligat zum Tode, im Gegenteil: Ein großer Teil der Infektionen verläuft ohne Krankheitssymptome, ein noch größerer Teil ähnelt in der Tat einem üblichen grippalen Infekt, nur etwa 10 % der Infizierten bedürfen der Einweisung in ein Krankenhaus. Die Gleichung 1 Infizierter = 1 Erkrankungsfall stimmt also nicht und löst undifferenzierte Maßnahmen aus. Es ist Zeit für eine differenzierte, mit klinischen Daten unterlegte Beschreibung des epidemischen Prozesses.

Digitalisierung der Datenerfassung (Erfassung Infizierter, leicht, schwer Erkrankter, hospitalisierter Fälle und Todesfälle) und der Kontakt-Verfolgung ist dabei unerlässlich. Länder mit diesen Voraussetzungen, haben bei der Beherrschung der Infektionen (Südkorea) oder der Organisation der Impfkampagne (Israel) vorgezeigt, wie es gehen kann.

SARS-CoV-2 wird bei uns bleiben. Je höher die Zahl der Infizierten, desto größer die Wahrscheinlichkeit von Mutationen. Insofern ist das Konzept „Infektionen verhindern - Inzidenzen senken“ nachvollziehbar. Schon im Frühjahr 2021 zeigt sich, dass dieses Konzept an seine Grenzen stößt. In unserer freiheitlich-demokratischen Gesellschaft ist die Freiheit der Persönlichkeit Voraussetzung für Forschung, Innovation und Unternehmertum. Dauerhafte

Einschränkung beraubt die Gesellschaft ihrer wichtigsten Produktivkraft. Die durch Lockdowns der Jahre 2020 und 2021 hervorgerufenen Kollateralschäden wird unsere Gesellschaft auf Dauer nicht verkraften.

Warum wurden die großen Seuchen der Vergangenheit beherrschbar?

Es gelang, spezifische auf die Säulen des „magic triangle“ gerichtete Maßnahmen zu entwickeln. Neue Behandlungsformen und neue Impfstoffe hatten daran immer einen wesentlichen Anteil. Immer waren Seuchen aber auch Anlass zu Veränderungen des gesellschaftlichen Umfelds. Für die Zurückdrängung der Cholera in Europa war die Umstellung der Wasser- und Abwasserwirtschaft entscheidend. Veränderung der Wohnverhältnisse, Neubauten nach der Devise „Licht und Sonne“ ersetzten die Mietskasernen und dunklen Hinterhöfe der Großstädte, begleitet von Reihenuntersuchungen und Möglichkeiten zu einer wirksamen Therapie, haben die Tuberkulose nach dem 2. Weltkrieg beherrschen lassen. Gesundheitliche Aufklärung haben zur Veränderung des Sexualverhaltens (Safer Sex) beigetragen. Auch qualifizierte gesundheitliche Betreuung und Überwachung sowie der Kampf gegen die Stigmatisierung Infizierter haben zum „containment“ von AIDS nicht unerheblich beigetragen.

Cholera und Tuberkulose haben in den Zeiten ihres Wütens ihre Opfer vor allem bei den Schwachen, den Unterernährten gefordert. Die Opfer von Syphilis und AIDS waren so lange Opfer ihres Sexualverhaltens, bis es wirksame Behandlungsmethoden gab. Die Opfer von Covid-19 sind tragischerweise auf der einen Seite die Menschen, denen die Fortschritte der Medizin zu einem hohen Lebensalter verholfen haben. Auf der anderen Seite sind die Covid-19-Toten Opfer unserer Zivilisationskrankheiten: Übergewicht, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Im Frühjahr 2021 setzt sich die Erkenntnis durch, dass auf Covid-19 ein Covid-2021, und vielleicht jährlich weitere Covid's folgen werden. Wir werden die Erfassungs- und Kontrollverfahren der Pandemie über kurz oder lang qualifizieren und die rein biomathematische Analyse mit klinisch-epidemiologischen Arbeitsweisen ergänzen. Die Entwicklung und Produktion wirksamer Impfstoffe ist in sensationell kurzem Zeitraum gelungen. Es besteht kein Zweifel, dass ihre Anpassung an veränderte Viren in relativ kurzen Zeiträumen gelingen wird. Noch vermuten, besser hoffen wir allerdings nur, dass die Geimpften das Virus nicht übertragen können, über eine sog. „sterile Immunität“ verfügen. Man wird auch mit antiviralen Medikamenten rechnen können, die SARS-CoV-2 beim Erkrankten inaktivieren oder vorbeugend angewendet werden können.

All das wird SARS-CoV-2 nicht ausrotten oder „Covid“ besiegen. Die Infektion wird uns bleiben und sie wird uns tatsächlich eine „neue Normalität“ bescheren. Wie bei der Beherrschung der klassischen Seuchen wird Covid-19 uns zu gesellschaftlichen Veränderungen zwingen. Lockdowns und die AHA–L–Regeln können nur Rituale einer Übergangsperiode sein. Der Mensch ist ein soziales Wesen. Kontakt in Familien, freie Kontakte in der Öffentlichkeit, ungezwungene Begegnung in öffentlichen Räumen, vor allem auch Innenräumen sind ein unverzichtbares Merkmal unserer Kultur. Reisen ist nicht nur eine profitable Industrie, sondern trägt zur Erweiterung unseres Bewusstseins und zum friedlichen Nebeneinander in unserer globalisierten Gegenwart bei.

Corona-Impfungen verhindern schwere Verläufe. Ein wichtiger Aspekt für so genannten Lockerungen der Anti–Corona-Maßnahmen ist die Frage nach der Wirkung des Impfstoffs. Die Übertragung des Virus von Geimpften auf empfängliche Personen kann bisher nicht ausgeschlossen werden. Die Grundregeln des Verhaltens in der Pandemie (AHA – L) können deshalb nicht außer Kraft gesetzt werden.

Es mag in diesem Zusammenhang vereinfachend klingen: Wasser- und Abwasserhygiene verhindern Cholera–Pandemien. Will man aerogen übertragene Infektionen wirksam verhindern, braucht es Lufthygiene. Solange wir die Innenräume – von öffentlichen Verkehrsmitteln zu Restaurants, über Schulen und Sporthallen bis zu Kino's, Theatern und Konzerthäusern - nicht mit hochwirksamen Luftfiltern und Luftaustausch-Einrichtungen ausrüsten, werden wir uns weiter mit Masken und mehr oder wenigen zuverlässigen Tests vor Ort behelfen müssen. Fernreisen und Massentourismus werden wir nur dann wiederbekommen, wenn wir weltweit, und nicht nur in den entwickelten Ländern, impfen.

Vor allem aber, und nicht zuletzt, müssen wir dafür Sorge tragen, dass die Risikogruppen künftig nicht weiter anwachsen. Dass der Anteil alter Menschen wächst, ist Zeichen steigenden Wohlstands und guter medizinischer Betreuung. In welchem Gesundheitszustand, mit welcher körperlicher Fitness die heute 50jährigen das achtzigste Lebensjahr erreichen, liegt in der Hand jedes Einzelnen. Empfehlungen für gesunde, kohlenhydratarme Ernährung gibt es in Hülle und Fülle. Dennoch nehmen Übergewicht und Fettleibigkeit und damit die Risikogruppen nicht nur für Covid-19 in allen Industrieländern zu. Das o. g. "metabolische Syndrom" zu verhindern, seine Entwicklung zu verlangsamen, hat jeder selbst in der Hand. Ernährungsgewohnheiten zu verändern – Verzicht auf Fleisch, mehr Gemüse - helfen der Umwelt. Sport und Bewegung sind essentiell. Einschränkungen auf diesem Gebiet sind mittel- und langfristig kontraproduktiv. Dies gilt umso mehr für die Kinder und Jugendlichen. Schaut man sich die Folgen der monatelangen Lockdowns in den Schulen an, so ist ein Defizit an persönlicher Digitalisierung (leider „more fun als fundamental“) bei den gebeutelten Schülern eher nicht zu beklagen. Die so wichtige körperliche Fitness der Heranwachsenden leidet mit jeder Woche, ein Rückstand hier ist noch schwerer aufzuholen als Fähigkeiten in Mathematik oder Englisch.

Wie steht es im Frühjahr 2021 um die Zukunft von Leon und Viktor?

Wenn der Blick auf die relativen Covid-19-Erkrankungsrisiken weiterhin starr auf die regionale Inzidenz gerichtet ist, wenn altersspezifische Risiken nicht gewertet werden, wenn der Blick der Politiker vor allem auf Vermeidung jeden Risikos, auf das Ranking im Ländervergleich und, last not least, auf den eigenen Wahlerfolg gerichtet ist -, dann werden die beiden noch lange und immer wieder auf ihren Sport in der Gruppe verzichten müssen. Irgendwann ist es zu spät für den Wiederbeginn. Vielleicht, weil sie die Lust verloren haben oder auch nur, weil sie auf Grund ihres mittlerweile erreichten Körpergewichts mit Jüngeren nicht mehr mithalten können. So sind die beiden schon jetzt auf den Weg in die Risikogruppe für Covid-19 und viele andere, infektiöse wie nichtinfektiöse Erkrankungen.

Copyright FW Tiller 2021 / Alle Rechte beim Autor