

Sistrans, 19.11.2021:

Leider wird in der Coronapolitik nie zur Sprache gebracht, dass nicht alle Menschen gleich sind. Schon allein der gesundheitliche Zustand der Menschen umfasst eine riesige Spanne. Es ist ja allgemein bekannt, dass sich der überwiegend große Teil der Bevölkerung viel zu wenig bewegt, sowie zu viel und meist zu fett- und zuckerreich ernährt. Ein nicht geringer Teil konsumiert noch darüber hinaus Zigaretten und Alkohol.

Das Ergebnis dieser Lebensweise sind Übergewicht, hoher Blutdruck, Gelenkbeschwerden und ein schlechtes Immunsystem mit der Folge, dass diese Leute leichter und auch schwerer erkranken.

Es gibt aber auch (viel zu wenig) Menschen, die viel für ihre Gesundheit tun. Eine gesundheitsbewusste Lebensweise ist zwar anstrengender und kostet auch Zeit, aber langfristig gesehen dankt es sein Körper und das Ergebnis ist eine höhere Lebensqualität.

Eigentlich sollte es selbstverständlich sein, dass man jeden Tag körperlich aktiv ist und darauf achtet, dass man nur so viel Kalorien zu sich nimmt, die auch verbraucht werden. Bei so einer bedachtvolleren Ernährungsweise achtet man auch zwangsläufig darauf, was man zu sich nimmt. Dies setzt jedoch auch voraus, dass man über die Nahrungsmittel und deren Inhalt gut Bescheid weiß und sich möglichst nur von Lebensmitteln ernährt, die einem gut tun.

Aber eine gesunde Ernährung ist nur wenig Wert, wenn man sich nicht bewegt. Jedes Lebewesen braucht Bewegung (am besten in der frischen Luft), um sich nicht nur körperlich, sondern auch psychisch fit und leistungsfähig zu halten.

Vielleicht wurde uns der Coronavirus geschickt, um uns bewusst zu machen, dass der beste Schutz vor Erkrankungen, bzw. vor schlimmeren Verläufen, der ist, eine gesunde Lebensweise zu führen. Durch die Impfdiskussionen ist dieser Aspekt leider völlig ins Hintertreffen geraten.

Leider ist der jetzt zur Verfügung stehende Impfstoff für frühere Varianten entwickelt worden. Im Frühjahr und Frühsommer war aber schon bekannt, dass die Impfung für die nächste Welle im Herbst nicht mehr besonders wirksam ist, da zum einen die durch die Impfung erzeugten Antikörper nach einigen Monaten zurückgehen und dass der Corona-Virus ziemlich schlau ist und sich inzwischen zur delta-Variante weiterentwickelt hat. Wie bei der Grippeimpfung muss die Coronaimpfung ständig nachgebessert werden.

Der größte Fehler der Coronapolitik war wohl, dass man für die Geimpften die Pandemie für beendet erklärt hat und mit der Impfung ein „Freibrief“ erteilt wurde, obwohl die Fachleute schon immer auf die Virusmutanten, die nachlassende Wirkung der Impfung und auf die Übertragung des Virus, trotz Impfung hingewiesen haben.

Schon immer war bekannt, dass die Impfung eigentlich nur die Schwere der Erkrankung abdämpft und nicht vor einer Ansteckung schützt. Daher muss es erlaubt sein, dass Menschen, denen ihr Körper viel bedeutet, so dass sie für ihn (wie oben beschrieben) viel tun, darüber nachdenken, ob die Impfung wirklich für ihren Körper gut ist. Langzeiterkenntnisse über die Impfung sind ja schließlich keine vorhanden.

Klar ist aber, dass alle Menschen auf ihre Kontakte achten müssen, um kein Überträger zu sein – Geimpfte wie Nichtgeimpfte.